1月 JANUARY 老人福祉センターだより

令和2年12月21日発行
黒石市老人福祉センター
担当　中村・笹森
電話　0172-53-3961

日	曜	介護予防講座	教養講座	お風呂の日	市老連	貸館 午前	貸館 午後	貸館 夜間
1	金	12月29日～1月3日まで休館です。 今年もよろしくお願いします。						
2	土							
3	日							
4	月	手づくり						
5	火							
6	水	スマイルクラブ、ラケットテニス 脳活道場、囲碁		♨				
7	木		書道			弘前ヒヤリング		
8	金	手づくり、リフレッシュ体操		♨				手話サークル虹
9	土							
10	日							
11	月	● 成人の日						
12	火		陶芸・茶道			東北補聴器		
13	水	ラージボール卓球、囲碁		♨				青通研
14	木	料理教室	華道			ティータイム		
15	金	手づくり、ボーンクラブ		♨				手話サークル虹
16	土							
17	日							
18	月	手づくり、自己健康法		♨				
19	火		川柳		指導者研修会			青通研
20	水	ラケットテニス、囲碁						
21	木		書道					
22	金	手づくり、リフレッシュ体操		♨				手話サークル虹
23	土							
24	日							
25	月	おまけの日 手づくり、自己健康法		♨				
26	火	お楽しみ講座	茶道					
27	水	キットクラブ、ラージボール卓球、囲碁						
28	木		華道			ティータイム		
29	金	手づくり、ボーンクラブ		♨				手話サークル虹
30	土							
31	日							

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、予定が変更になる場合があります。

お風呂をご利用の方へ

・年明け最初のお風呂の日は、**1月6日(水)**です。

・1月11日(月)は祝日のため、**1月13日(水)**がお風呂の日です。

ヒートショックに気を付けて!

体が冷えたまま急に熱いお湯に入るのは危険!!

老人センターに来たらロビーでひと休みして、ゆっくり徐々に体を温めましょう。

介護予防講座

お楽しみ講座

アロマ香る 手ごね石鹸作り

1月26日(火)10:00から手ごね石鹸作りを行います。詳しくは「いきいきだより」をご覧下さい。参加費800円です。

今月の介護予防講座「脳活道場」は1月6日(水)に変更になりました。

毎月1回「おまけの日」

11月のおまけの日は「お菓子すくい」をしました。箱からオタマなどでお菓子をすくって楽しみました。

今月の「おまけの日」は1月25日です。何があるかは来てからのお楽しみ!!

黒石市老人クラブ連合会からのお知らせ

市老連の「新年会」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止になりました。

履物や上着の間違いが多くなってます。名前や目印を付けましょう。

― あなたのご意見伺います ―

老人福祉センターでは、皆様からの苦情など受ける為、「苦情・意見受付箱」を設置しています。
苦情受付から解決の機関(担当者)は下記の通りです。

苦情受付担当者　：　中村　昭子
↓
苦情解決責任者　：　成田　耕作
↓
苦情解決第三者委員
・齋藤　東　・木村みつ子
・棟方　桂子