



老人福祉センターだより

『带状疱疹』季節の気温変化や免疫低下などで50歳以上に多く80歳までに3人に1人が発症。原因は水痘・带状疱疹ウイルス等、日本の成人90%以上が保有しているといわれています。特徴は赤い発疹、水ぶくれ、症状は発熱、神経痛、かゆみ、頭痛など、もしかしてと思ったら早めに皮膚科の受診を。。

令和8年2月20日発行
担当：須藤
電話：53-3961



介護予防講座より

雪どけもすすみ、おでかけしたくなる季節になりました。令和8年度も交流研修会での行先をいろいろ検討しております。お楽しみにしてくださいね！

3月20日(金)は祝日のため
3月18日(水)がお風呂の日です。

おねがい

お風呂を利用される方は、気持ち良く入浴し、気持ち良く帰ることが出来るようこころがけてご利用いただきますようお願いいたします。

また、トイレもキレイにご使用のご協力をお願いいたします。

気をつけて！

来館時、自転車でおこしになる方は、交通ルールをまもりヘルメットの着用をこころがけましょう！
また、お帰りの際は傘などの忘れ物に気をつけましょう。

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の担当者は下記の通りです。

- ◆苦情受付担当者：工藤知里
- ◆苦情解決責任者：須藤勝美
- ◆苦情解決第三者委員
：棟方桂子
：中村富子

日	曜	介護予防講座	教養講座	市老連	お風呂	貸館	
						日中	夜間
1	日						
2	月	手づくりタイム・脳活道場			🔥		
3	火		川柳				
4	水	囲碁クラブ・ラケットテニス					
5	木		書道			弘前ヒヤリング	
6	金	手づくりタイム・ポーンクラブ			🔥		手話サークル「虹」
7	土						
8	日						
9	月	手づくりタイム・自己健康法			🔥		
10	火		陶芸 茶道			東北補聴器	
11	水	囲碁クラブ・ラージボール卓球					青通研
12	木		華道			ティータイム	
13	金	手づくりタイム・リフレッシュ体操			🔥		手話サークル「虹」
14	土						
15	日					中部地区社会福祉協議会	
16	月	手づくりタイム			🔥		
17	火		川柳	監査会 ・役員会			青通研
18	水	囲碁クラブ・ラケットテニス			🔥	ワンツークラブ	
19	木		書道				
20	金						
21	土						
22	日						
23	月	手づくりタイム・自己健康法			🔥		
24	火		茶道				
25	水	キッククラブ・囲碁クラブ・ラージボール卓球				ワンツークラブ	
26	木	料理教室	華道			ティータイム	
27	金	手づくりタイム・リフレッシュ体操・ポーンクラブ			🔥		手話サークル「虹」
28	土						
29	日						
30	月	手づくりタイム			🔥		
31	火						

※予定が変更になる場合があります。