

# 令和7年5月号 センターだより



## シニア交流センター上部

〒792-0841  
新居浜市中筋町1丁目6番8号  
TEL・FAX (0897) 43-6338



### 野外活動 ～ふれあい健康教室～

日時：5月28日(水)9:00～15:40  
行き先：四国中央市・紙漉き体験と高知県・たたきの薫焼き体験  
募集期間：5月1日(木)～5月15日(木)  
抽選日：5月16日(金)(応募多数の場合)  
※詳細は、後日ポスターでお知らせします。



### 環境美化活動

除草作業と花植えを予定しております。  
日時：5月17日(土)10:00～11:00  
※雨天の場合は、5月19日(月)に延期します。  
※詳細は、掲示板のポスターをご覧ください♪



POINT

### 野外活動

日時：5月22日(木)8:45～16:00  
行き先：東温市 坊ちゃん劇場  
新鶴姫伝説～鎧に白い花を～  
対象：楽レク・もくもくクラブ利用者  
※詳細は、掲示板のポスターをご覧ください♪



### 健康教室「一緒にお散歩しよう！」

日時：5月7日(水)10:20～12:40(4月30日締め切り)  
費用：700円(お弁当代)



### 生きがい支援講座『村上三絃道・三味線演奏会』

日時：5月30日(金)13:30～15:00  
場所：2階・大広間  
迫力のある津軽三味線の生演奏です。  
ぜひ、聴きにきてください♪



POINT

### 5月の予定

日	曜	センター行事 他		サークル 利用
		午前	午後	
1	木		楽レク	カラオケ・陶芸・スクエアダンス
2	金		カフェ	カラオケ
3	土	休館日(憲法記念日)		
4	日	休館日(みどりの日)		
5	月	休館日(こどもの日)		
6	火	休館日(振替休日)		
7	水	健康教室	映画鑑賞会	
8	木		楽レク・もくもく	カラオケ・陶芸・スクエアダンス
9	金	カフェ	フリーカラオケ	カラオケ・クラフト
10	土	カフェ		カラオケ・絵手紙・園芸
11	日	休館日		
12	月	体組成測定		花の会・輪踊・短歌
13	火		カフェ	花の会・陶芸
14	水	ヨガ教室・カフェ		フラダンス
15	木	ヨガ教室・カフェ	楽レク	カラオケ・陶芸・スクエアダンス
16	金		午後の体操	カラオケ
17	土	美化活動		カラオケ・絵手紙・クラフト
18	日	休館日		
19	月	カフェ		花の会・輪踊
20	火	カフェ		花の会・陶芸
21	水		カフェ・午後の体操	スクエアダンス
22	木	野外活動		カラオケ・陶芸
23	金	ずみのSOS	フリーカラオケ	カラオケ
24	土	体組成測定		カラオケ・絵手紙・クラフト
25	日	休館日		
26	月		カフェ	花の会・輪踊
27	火	カフェ		花の会・陶芸
28	水	野外活動		フラダンス
29	木		楽レク	カラオケ・陶芸・スクエアダンス
30	金	カフェ	生きがい支援講座	カラオケ
31	土		カフェ	カラオケ・絵手紙・クラフト

※全開館日 囲碁・将棋・ビリヤード

※当センターは新居浜市在住の60歳以上の方がご利用になれます。  
※ご利用時間：8:30～16:30  
※感染予防の為、マスク・靴下着用にご協力をお願いします。

### もくもくクラブ

日時：第2・第4木曜日 13:30～15:00  
場所：娯楽室  
内容：5月8日 カレンダー、22日 野外活動



### 楽レクふれあいデー

日時：毎週木曜日 13:30～15:00  
場所：生活相談室  
内容：5月1日 脳トレ、8日・15日 工作、22日 野外活動、29日 カレンダー  
※参加希望者はお気軽に事務所までお声掛けください。



### 西村栄子先生のヨガ教室

日時：5月14日(水)・15日(木)9:00～10:00  
場所：2階・大広間  
対象：健康体操の登録メンバー(登録している曜日)  
※ヨガマットかバスタオルをご持参ください。



### フリーカラオケ

日時：5月9日(金)・23日(金)13:30～15:30  
場所：2階・大広間  
※予約なしでご自由に参加できます。



### 体組成測定日

日時：5月12日(月)・24日(土)10:00～10:30  
場所：1階・生活相談室  
※筋肉量・体脂肪量などが簡単に測定できます。



### 映画鑑賞会 ～花笠若衆・美空ひばり～

日時：5月7日(水)13:30～15:00  
場所：2階・大広間  
※詳細は、掲示板のポスターをご覧ください♪

POINT



### コミュニティカフェ

時間：10:00～11:30・13:30～15:00  
場所：1階・生活相談  
※日程は、左予定表及び掲示板のポスターをご覧ください!



### 健康体操

【月・水・金】と【火・木・土】の2グループに分かれて体操をしています。楽しく体を動かしてみませんか?  
日時：月曜日～土曜日 9:00～10:00  
場所：2階・大広間  
内容：リズム体操やストレッチなど  
休み：5月28日(水)野外活動のため  
※5月14日(水)・15日(木)はヨガ教室です。



### 午後のイキイキ体操

日時：5月16日(金)・21日(水)13:30～14:30  
場所：2階・大広間  
内容：椅子を使用した体操  
※登録・予約なしでご自由に参加できます。



【シニア交流センターは、新居浜市社会福祉協議会が運営しています。】