

NEWS LETTER

春から今頃にかけては、一年で一番過ぎやすい季節です。当センターA棟の玄関やホール、中庭やB棟の研修室前にはさまざまなお花が私たちの目を楽しませてくれます。お花を提供していただくかたや毎日のようにお花を活けていただくkさんには感謝の気持ちでいっぱいです。

来月はうっとおしい梅雨の時期になります。雨の日は皆さまもう過ぎされていきますか。

雨の音からは、ストレス軽減やリラククス効果、集中力アップに効果的なα波が出ていて雨の音の恩恵を受けたいという人も多く、雨の音のCDや音楽アプリを使っている人もいます。人の脳は、リラククスすることで集中力がアップするので、雨の日こそ仕事や勉強、やってみたいことにチャレンジするのもおすすめです。また、紫外線量が晴れの日に比べると3割ほどになるので、外に出かけて雨に濡れる紫陽花などみるのもいいですね。お散歩がてら当センターのお花も見てください。



Kさんの生け花



ふれあいサロン南部 開催

チーム麦畑さんの楽しい演技でした！



ユーモラスな踊りでした



マジックもありました



ハーモニカやギターで懐かしい曲の演奏でした

南部地域福祉センターでは、毎月第1金曜日にふれあいサロン南部を開催しています。5月は「チーム麦畑」さんの演技で楽しませていただきました。笑ったり、歌ったり、観覧席の皆さんも大満足の1時間でした。6月のサロンは、「グループひつじ」さんをお呼びしています。どうぞ皆さんでお越しください。お待ちしております。

センターの図書紹介です

当センターA棟には、1階のロビーと2階の健康談話室に図鑑や小説、画集などの書籍が置いてあります。佐倉市在住の60歳以上のかたなら誰でも利用できます。1階のロビーに置いてあるものは貸し出しもできます。



1階ロビー



2階健康談話室



健康談話室には図鑑や画集もあります。



2階の健康談話室の利用は、利用券をお持ちのかたに限りますが、利用券は1階窓口で健康保険証などの証明書があればすぐに作れます。雨の日にゆっくり当館で読書はいかがでしょう？



6月の予定

日	曜	内容	時間	参加方法
1	土			
2	日			
3	月	休館日		
4	火			
5	水	音楽体操	14:00~15:00	
6	木	大型バス抽選会	9:10~9:30	
7	金	ふれあいサロン南部 ヨガ ヨガ	10:00~11:00 13:15~14:30 18:00~19:15	
8	土			
9	日			
10	月	休館日		
11	火			
12	水	音楽体操	14:00~15:00	
13	木			
14	金	絵画の集い "一本の筆" カラオケ ヨガ	10:00~12:00 10:00~16:00 18:00~19:15	要申し込み
15	土			
16	日			
17	月	休館日		
18	火			
19	水	音楽体操	14:00~15:00	
20	木			
21	金	ヨガ ヨガ	13:15~14:30 18:00~19:15	
22	土			
23	日			
24	月	休館日		
25	火	カラオケ 広場	10:00~16:00	
26	水	音楽体操	14:00~15:00	
27	木			
28	金	絵画の集い "一本の筆" ヨガ ヨガ	10:00~12:00 13:15~14:30 18:00~19:15	要申し込み
29	土			
30	日			



お問い合わせ・申込 A棟:電話 **043-486-5151**

※予定表には、教養教室や同好会の予定は入っておりません。

南部地域福祉センター指定管理者 社会福祉法人 愛光