



# 『なごやか通信』

鎌倉市津西 1-7-7  
 電話 0467-31-0800  
 館長 須山裕見子  
 2019年1月第21号

明けましておめでとうございます

今年の干支は己亥（つちのとい）です。亥は、猪肉の栄養価が高く病気予防になることから、無病息災の象徴とされています。

足元を固めて、次の段階を目指す準備をする年と言われます。

また、なぜか亥年に地震が多いとも言われています。

いざという時には、地域で声をかけ合い、支え合うお互い様の関係作りが大事だと思います。今年も出会いを大切に、高齢者の力を引き出し、心身ともに元気になるなごやかセンターをめざしてスタッフ一同努力してまいります。

皆さまのご支援ご協力よろしくお願い致します。



## 演芸発表会

日時：2月10日(日)  
 10時～15時



歌や踊り、太極拳、詩吟、  
 楽器演奏など、日頃の練習  
 の成果をご披露ください。  
 受付：1/10～26まで  
 ※個人(5分) 団体(10分)  
 ◎応募者多数の時は抽選！

## 1/11は鏡開き

12時30分より、  
 図書コーナーでお汁粉  
 の提供をします。

みらいふるサロンに  
 ご参加の方もどうぞ!!



車での来館はご遠慮下さい

センターには駐車場は  
 ありません!!

行政センターや店舗から  
 も、長時間の駐車でご苦情  
 が来ています。  
 皆さまのご協力  
 お願いします。



日	月	火	水	木	金	土
<b>1月の予定</b>						5
				年末年始の休館日 12/28～1/4		
6 PC相談(休)	7	8 健康相談	9	10 ふまねっと 初級 10:00～ 中級 11:00～ 演芸発表会申込受付	11 鏡開き みらいふるサロン 13:30～15:00	12
13 カラオケ 12:30 受付	14(入浴なし) おしゃべりカフェ 13:00～15:00 ミニ歌声喫茶 13:30～15:00	15 健康相談 初めての折紙 10:00～12:00	16	17	18	19
20 歌声喫茶 13:30～15:00	21	22 健康相談 カラオケ体操 10:00～11:30	23	24 ふまねっと 初級 10:00～ 中級 11:00～	25	26 演芸発表会 受付〆切
27 カラオケ 12:30 受付	28 おしゃべりカフェ 13:00～15:00	29 健康相談(休)	30	31 演芸発表会 出演者発表		

けん玉協会認定の「けん玉」を用意しました。成功率が高いようです。  
 お風呂や健康器具の順番待ちの間、皆さま楽しまれています。一度お試してください。

