

講習会のお申込み受付時間は9:00~17:00です。
ご来館もしくはお電話にて承ります。
なお、お申込みは必ずご本人が行ってください。

目黒区高齢者センター

でんどうタイムズ11月号

区内在住の60歳以上の方がご利用いただける施設です。
ご来館の際は受付で**利用証のご提示**をお願いいたします。
未登録の方は、身分証をお持ちの上、登録手続きを行ってください。



責任者交代のお知らせとご挨拶



岩崎 くみ

私が目黒区高齢者センターに赴任してちょうど4年が経過いたしました。この度、11月1日付で中央区にあります、特別養護老人ホームへ異動することとなりました。ご利用者様、地域の皆様と交流を深めながら、毎日とても楽しく、充実した日々を送る事ができました。皆様方には大変お世話になり、心より感謝申し上げます。至らぬ点多々ありましたが、皆様のご協力、ご支援をいただきながら過ごさせていただきました。急な異動となつてしまい十分なお挨拶も出来なかったのですが、ここで学んできたことを活かし、今後も精進してまいります。
なお、後任には小泉智史が就任いたしますので、私同様ご支援をいただけますよう、お願い申し上げます。皆様いつまでもお元気にお過ごしください。短い間でしたが、お世話になりました。本当にありがとうございました。

小泉 智史

目黒区高齢者センターの皆様、はじめまして、11月よりセンター長にて着任いたします小泉 智史(こいずみ さとし)と申します。私は江東区にて同様の高齢者センターに6年半従事してまいりました。岩崎センター長をはじめスタッフが培ってきた施設の機能を、より一層発展できるよう邁進してまいります。今後とも何卒、宜しく願いいたします。



月	火	水	木	金	土
		1	2 会/交	3	4
		太極拳 (9:30-10:30) フィットネス (13:30-14:30) (15:00-16:00)	歌声喫茶 (13:30-15:00) かみよん パン販売お休み	休館日	Dカフェ (14:00-16:00)
6 会/交	7	8	9 会/交	10	11
	健康応援体操 (※1.※2)	おりがみサロン① (10:00-11:30) 行政書士 (13:00-16:00) 認知症予防 アタマ体操① (14:30-15:30)	ファイブコグ結果 説明会 (10:30-11:30) スクエアダンス (14:00-16:00)	健康応援体操 (※1.※2)	
13 会/交	14	15	16 会/交	17	18
	健康応援体操 (※1.※2)	太極拳 (9:30-10:30) フィットネス (1-①13:30-14:30) (1-②15:00-16:00)	歌声喫茶 (13:30-15:00)	健康応援体操 (※1.※2)	認知症予防 アタマ体操② (10:30-11:30) アロマカフェ (14:00-16:00)
20 会/交	21	22	23	24	25
	なべさんの元気 湧く湧く講座 (10:30-12:00) おりがみサロン② (14:00-15:30) 健康応援体操 (※1.※2)	太極拳 (9:30-10:30)	休館日	健康応援体操 (※1.※2)	歌声教室 (13:30-14:30) (15:00-16:00) 行政書士 (10:00-12:00)
27 会/交	28	29	30 会/交		
世界遺産 (10:30-12:00) スクエアダンス (14:00-16:00)	健康応援体操 (※1.※2)	太極拳 (9:30-10:30) パソコン相談会 (10:00-12:00)	フィットネス (2-①13:00-14:00) (2-②14:30-15:30)		

※ 会/交 :会食・地域交流サロン
(10:00-16:00)

健康応援体操の時間が変わりました！
ご注意ください。
※1. (13:20-14:20) ※2. (14:40-15:40)
〒153-0063
目黒区目黒1-25-26 田道ふれあい館2階
電話:03-5721-2291
FAX:03-5721-2293
メールアドレス:meguro-kouhuku@foryou.or.jp
ホームページ:<http://meguro.foryou.or.jp/>
施設指定管理者
社会福祉法人 奉優会

水曜日:われもこう(お弁当など) 11:15頃~
木曜日:かみよん(パン・クッキー等) 販売中!



おしらせ



今年もやってまいりました！
 12/9(土) ウィンターコンサート、
 12/28(木)年忘れコンサートを
 開催いたします。詳しくは、館内ポスター・
 次号でんどうタイムズでご紹介いたします。



お願い：講座を受講の際は必ず利用証をご提示ください

講座名	日時・定員	開催場所	持ち物
認知症予防 アタマ体操	① 8日(水)14:30-15:30 ②18日(土)10:30-11:30	3階 機能訓練室 定員:各40名(先着)	筆記用具
おりがみサロン	① 8日(水)10:00-11:30 ②21日(火)14:00-15:30 一枚織りの着物を折ります。	2階 第1集会室 定員:各20名(先着)	好きな色の折り紙
歌声教室	25日(土)①13:30-14:30 ②15:00-16:00	3階 機能訓練室 定員:各70名(先着)	
※①と②は同じ内容を行いますので、お申込はどちらかをお選びください。			
歌声喫茶(全2回)	2日(木)13:30-15:00 16日(木)13:30-15:00	3階 機能訓練室 定員:100名(先着)	
フィットネス	15日(水)1-①13:30-14:30 1-②15:00-16:00 30日(木)2-①13:00-14:00 2-②14:30-15:30	3階 機能訓練室 定員:各60名(先着) ※開始時間が異なります。ご注意ください	運動靴 飲み物
なべさんの 元気湧く湧く講座	21日(火)10:30-12:00	2階 第2・3集会室 定員:50名(先着)	

↓以下の講座は申し込み不要です。↓

アロマカフェ	18日(土)14:00-16:00 (最終受付 15:30)	3階 談話サロン	200円 (オイル代)
Dカフェでんどう	4日(土)14:00-16:00	3階 機能訓練室	300円 (参加費)
●目黒区内にある認知症カフェです。その名も「Dカフェ」。カフェと言っても喫茶店ではありません。認知症についてコーヒーを飲みながら語り合う、気軽なお茶会のことです。介護のこと、医療のこと、お話ししましょう (NPO'Dカフェnet' 共催企画)			
行政書士による お悩み相談会	8日(水)13:00-16:00 25日(土)10:00-12:00 ※事前予約可	2階 集会室前	
パソコンクラブ あじさい(自主サークル)主催 パソコン相談会	29日(水)10:00-12:00	2階 第1集会室	
●パソコンサークル「クラブあじさい」の皆様が、パソコンの初歩的なお悩みにお答えします			

11/9(木)10:30-11:30
 3階機能訓練室にて10/25・26に認知機能
 検査を受けた方を対象に「ファイブコグ結果
 説明会」を行います。(申込不要)
 ぜひ、ご参加ください♪

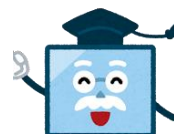
11月6日～
 申込開始

初心者向けタブレット講座

12月5日(火)【午前コース】10:00-12:00 【午後コース】13:30-15:30

※どちらかのコースをお選びください。

場 所:2階 第1集会室 定 員:各14名(先着順)
 講 師:特定非営利活動法人 竹箒の会 持ち物:筆記用具



タブレットはArrows Tab F05E(Android端末)をご用意しています。
 初心者の方を対象に、タブレットの基本をしっかりと身につける入門講座です。

太極拳

全4回

高齢者センターご利用者様でもある
 中村 壽子(ひさこ)氏が講師を務めます
 中国武術健身協会所属・太極拳指導員



11月 1日(水)9:30～10:30 場 所:3階 体力増進室
 11月15日(水)9:30～10:30 場 所:3階 体力増進室
 11月22日(水)9:30～10:30 場 所:3階 体力増進室 持ち物:運動靴
 11月29日(水)9:30～10:30 場 所:3階 機能訓練室 定 員:15名(先着順)

世界遺産

～世界を鑑賞しよう～

日 時:11月27日(月)10:30～12:00
 場 所:3階 機能訓練室
 定 員:80名(先着順)
 講 師:世界遺産アカデミー認定講師
 森 卓爾氏
 全5回開催の第4回目。
 「大自然の競艶」をテーマに解説していただきます。

ボランティアセンター共催 ボランティア養成講座

日 時:12月7日(木)10:00～12:00
 場 所:2階 第2集会室
 定 員:20名(先着順)

活動されているかたの体験談や、ボラン
 ティアを楽しむためのルールやコツを学び
 実際に田道小規模多機能センター・デイ
 サービスでの体験をします。