

## 桂文ぶん新春落語会

1月19日(土)

午後1時半～2時半  
2F大広間にて

前売り券 400円  
当日券 500円

**前売り券  
販売中!**



\*前売り券はやよいの園窓口にてお求めください。

\*当日券は会場入り口にて販売。

\*どなたでもどうぞ。

\*高校生以下は無料。



桂文ぶん氏

真打落語家。浅草、上野、新宿など寄席に出演。また、小・中学校、シルバー大学や高齢者福祉施設などで講演や落語会で活躍。

健康相談 1月11日・25日(金)

午前9時～12時

場所：1F和室 当日会場受付

協力：南中野地域包括支援センター保健師

1月25日は特別企画

**あなたの  
血管年齢  
測定します!**

測定は  
無料です。



## カラオケ・ランチ会

1月21日(月)

参加無料

午後1時～3時 直接2F大広間へどうぞ



おしゃべりしながら一緒に  
お昼をいただきましょう!  
お弁当・飲み物をご持参下さい。



食事の合間に一曲  
歌いましょう!



協力:カラオケボランティア 笹原政年氏

おとらくえん 若返り音楽園	1月7日(月)	午前10時～11時半 2F大広間にて	陽気な先生たちと一緒に音楽を楽しみましょう! 参加無料。直接会場まで。 講師:濱田幸子氏・松島裕子氏 (音楽療法士)	
アートで脳トレ	1月9日(水)	午前10時～11時半 3F会議室にて	作品をその日の材料を使って制作します。 次回2月13日(水)参加者募集中!締切1月末日まで。 1回500円、窓口受付。講師:福島美喜子氏(臨床美術士)	
初心者 向け 社交ダンス	1月17日(木)	午後1時～3時 2F大広間にて	いっしょにダンスを楽しみましょう!参加無料。 運営ボランティア:中島一氏 石井瓊子氏	
元気湧くわく講座	1月18日(金)	午前10時半～11時45分 2F大広間にて	身近なテーマでお話いただきます。参加無料。 講師:渡辺一雄氏(NHK文化センター講師・奉優会理事)	
盆踊りで健康体操	1月16日(水)	午前10時～11時半 2F大広間にて	馴染みの曲で踊りながら体を動かしましょう! 参加無料。講師:坂東扇紫恵(河野雅子)氏	
大人のぬい絵	1月8日(火) 1月22日(火)	午前10時～11時45分 3F会議室にて	草花や風景の下書きに色を重ねて描きます。 プリント1枚10円。色鉛筆をご持参下さい。	

お問い合わせ やよいの園 開館時間:午前9時～午後5時(日・祝休館)  
中野区弥生町3-33-8 TEL03-3370-9841

\*中野区在住の60歳以上の方がご利用できます。  
(地域交流、団体利用はこの限りではありません。)

\*利用証を発行しますのでご登録(無料)ください。

\*登録には身分を証明するものと緊急連絡先が必要です。

【併設施設】弥生の園高齢者在宅サービスセンター TEL 03-3370-9841

弥生の園居宅介護支援センター TEL 03-5358-5730



検索

HP検索:弥生高齢者在宅サービスセンター

# 1月の予定

**[お知らせ]** エレベーター改修工事实施中 ~2/15まで 工事期間中、エレベーターが使用できません。駐輪場の一部も資材置き場となります。できるだけ徒歩でおいでいただくと助かります。ご不便をおかけしますがご協力の程、よろしくお願いいたします。

(自)があるものは自由に参加できます。その他の講座は申込制です。

	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)
		年始休み ~1月3日	9日(水) 午前10時~ アートで脳トレ 	(自)午後12時~ ふりふり体操	11日(金) (自)午前9時~ 健康相談 
7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)
(自)午前10時~ 若返り音楽園	(自)午前10時~ 大人のぬり絵	 映画の日 主催:やよいシネマクラブ (自)午後12時~ ふりふり体操		午前9時30分~ My体組成♥体力測定	18日(金) 午前9時30分~ 三療サービス 
(自)午後12時~ ふりふり体操	午後1時30分~ はみんぐ体操女性	午後1時~ ロコモ予防体操		(自)午後12時~ ふりふり体操	
	午後2時45分~ はみんぐ体操男性	午後3時~ みんなの体操		午後3時~ ヨガ体操	
14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)
成人の日	(自)午前9時30分~ 写仏の時間	(自)午前10時~ 盆踊りで健康体操	(自)午後1時~ 社交ダンス	(自)午前10時30分~ 元気湧くわく講座	午後1時30分~ 桂 文ぶん 新春落語会
		(自)午後12時~ ふりふり体操		(自)午後12時~ ふりふり体操	
21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)
(自)午前9時30分~ 書写の時間	(自)午前10時~ 大人のぬり絵	(自)午後12時~ ふりふり体操		午前9時30分~ My体組成♥体力測定	25日(金) (自)午前9時~ 健康相談 
(自)午後12時~ ふりふり体操	午後1時30分~ はみんぐ体操女性	午後1時~ ロコモ予防体操		(自)午後12時~ ふりふり体操	
(自)午後1時~ カラオケ・ランチ会	午後2時45分~ はみんぐ体操男性	午後3時~ みんなの体操		午後3時~ ヨガ体操	
28(月)	29(火)	30(水)	31(木)		
午前9時30分~ My体組成♥体力測定					
(自)午前9時30分~ 写経の時間		(自)午後12時~ ふりふり体操			
(自)午後12時~ ふりふり体操					

## ふりふり体操 月・水・金 \*祝日は休み

午後12時~12時50分 参加無料  
気軽な体操です。  
直接2F大広間へ



## My体組成♥体力測定 \*新規申し込みはありません

1月11日(金) 25(金) 28(月)  
予約制 9時30分~11時15分  
今月は誕生日が**奇数月**の方  
申込み **1月4日(金)**~ 電話または窓口まで

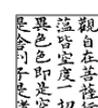


## 写仏の時間 1月15日(火)

書写の時間 1月21日(月)

写経の時間 1月28日(月)

午前9時30分~11時 1F和室  
プリント1枚10円。筆ペン持参。



## 三療サービス 1F和室にて

1月18日(金) マッサージ1回45分 900円  
当日受付9時~ 電話または窓口まで

