元気でいきいき!しんまちだより

府中市では「住み慣れた地域で安心していきいきと暮らせるまちづくり」を実現するため、市内にお住まいの 65 歳以上の方を対象に介護予防事業を実施しております。しんまちだよりでは、新町・栄町で実施しております講座等の予定を掲載し、2ヶ月に一度発行しております。

☆講座の予定☆ 6·7月

必ずお読みください!

新型コロナウィルス感染拡大防止のため以下の点について、ご協力お願いします。

- ※3 密を緩和するため、すべての講座を申し込み制とし、人数を制限し、短い時間で開催します。
- ※申し込み多数の場合は抽選とし、当選者にのみご連絡します。特に記載のない講座は 10 日前までにお申し込みください。開催日の 1 週間前頃に当選の連絡をします。
- ※日程や内容を変更・中止する場合がございます。
- ※参加時はマスク(不織布)の着用と検温をお願いします。平熱+1℃ある場合はお休みください。
- ※体調が優れない時はお休みください。参加中に体調が悪いと判断された場合は 職員の指示に従ってください。
- ※参加時は水分をお持ちください。

※申し込みは平日 10 時~17 時の間でお願いします。

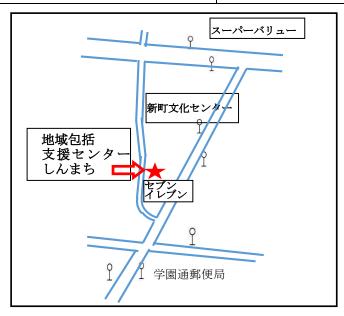
日時	講座名	場所
6月1日(木) 午前11:00~ 11:45	スマホ講座(5/1~受付 定員4名)	新町文化センター 2階 大広間
6月20日(火) 午後3:00~ 3:45	コマを作って脳トレ(5/22〜受付 定員8名) 折り紙でコマを作ります ※上履きをご持参ください	都営新町3丁目 アパート東集会室
6月26日(月) 午後2:00~ 2:45	手芸クラブ(5/26~受付 定員 6 名)	地域包括しんまち
7月6日(木) 午前11:00~ 11:45	健康体操(6/6〜受付 定員 15 名) 講師:牛久 裕子氏(健康運動指導士) ※タオルをご持参ください	新町文化センター 2階 大広間

※講師名の記載がない講座は包括支援センターしんまちの職員が行います。

7月7日(金) 午後3:00~ 3:45	スマホ講座(6/7〜受付 定員 4 名) ※上履きをご持参ください	都営栄町2丁目 アパート集会室
7月14日(金) 午前10:00~ 10:45	リズムで脳活(6/14〜受付 定員 15名) 講師:金子 二三代氏(音楽療法士)	新町文化センター 2階 大広間
7月24日(月) 午後2:00~ 2:45	手芸クラブ(6/23~受付 定員6名)	地域包括しんまち
7月27日(木) 午前11:00~ 11:45	ゴム銃を作って遊ぼう! (5/27〜受付 定員8名) 講師:森 友彊氏(地域ボランティア)	新町文化センター 2階 大広間

引っ越しました!

地域包括支援センターしんまちは 4月17日(月)から新しい事務所 で窓口業務を開始しております。



脳活__+_

★もともとの意味は? 正しいのは A?B?

問1 なし崩し…A 曖昧なまま、流れるまま

B 物事を少しずつ変えていく

問2 檄を飛ばす…A 自らの主張を強く訴える

B 激励する

問3 気の置けない人…A油断できない人、親しくない人

B 気を使わなくていい親しい人

問4 小春日和…A 春先の暖かい日

B11 月頃の春に似た穏やかな陽気の日



前号の答え

① -、 =

② **千、** — ③

③ 四

④ 百

 $\overline{5}$

6 + +

⑦ <u>=</u>、四 8 -, -

問い合わせ・申し込み

府中市地域包括支援センターしんまち O42-34O-5O6O