

# 鳴門市人権福祉センター だより

2024年<sup>ねん</sup> May No. 124

5月(皐月)号



新緑が鮮やかに芽吹き、肌を感じる風も日々暖かくなってきた今日この頃です。  
さわやかな風を感じると「心機一転がんばろう」という気持ちになりますね。  
新型コロナウイルスなどの感染症の拡大防止策として『換気』や『手洗い消毒』を意識しながら、これ  
からも感染予防に努め、健康に過ごしていきましょう。

## ■隣保館デイサービス事業受講者追加募集中！

デイサービス事業の日程については裏面をご確認ください。受講料は無料です。受講を希望する方は人権福祉センターまでご連絡下さい。  
※フラワー教室は定員に達しました。



## 人権福祉センター事業

### デイサービス事業分

○健康体操教室	5月27日(月) 10:00～	1階老人ルーム
○介護予防教室	5月17日(金) 10:00～	1階老人ルーム
○いきいき運動教室	5月7日(火) 10:00～	1階老人ルーム
○高齢者運転教室	5月22日(水) 10:00～	1階老人ルーム
○ヨガ教室	5月13日(月) 10:00～	1階老人ルーム



### 隣保館基本事業分

○職業相談	5月8日(水) 13:30～14:30	1階応接室
○移動図書	5月20日(月) 15:30～15:50	げんかんまえ 玄関前
○識字学級	毎週木曜日 10:00～	1階老人ルーム
○手芸教室	5月8日(水)・22日(水) 13:30～	1階老人ルーム

人権福祉センター

鳴門市大麻町三俣字前野18番地

TEL(088)689-2090

FAX(088)689-2091

MAIL(jinkenfukushi@city.naruto.i-tokushima.jp)

人権福祉センターだよりは、QRコードで読み取ることもできます。





## 令和6年度鳴門市隣保館デイサービス事業開催予定表

鳴門市隣保館デイサービス事業受講者を募集しています！

※日時は都合により変更になる場合があります。

健康体操教室	回数	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫
日常生活訓練として理学療法士による体操教室です。いきいき百歳体操など、筋力増強のための軽運動を行います。	日	5月27日(月)	6月3日(月)	7月29日(月)	8月5日(月)	8月26日(月)	9月9日(月)	10月28日(月)	12月23日(月)	1月6日(月)	1月27日(月)	2月3日(月)	3月17日(月)
	時	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00
受講料無料 定員 15~20人程度	場所	人権福祉センター 1階 老人ルーム											
介護予防教室	回数	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫
理学療法士や作業療法士による介護予防指導や軽運動を行う教室です。認知症予防や健康維持について学びます。	日	4月26日(金)	5月17日(金)	6月14日(金)	6月21日(金)	7月19日(金)	8月16日(金)	9月20日(金)	10月11日(金)	12月6日(金)	1月17日(金)	2月14日(金)	3月7日(金)
	時	10:00~11:30 作業	10:00~11:00 理学	10:00~11:30 作業	10:00~11:00 理学	10:00~11:30 作業	10:00~11:00 理学	10:00~11:30 作業	10:00~11:00 理学	10:00~11:30 作業	10:00~11:00 理学	10:00~11:30 作業	10:00~11:00 理学
受講料無料 定員 15~20人程度	場所	人権福祉センター 1階 老人ルーム											
いきいき運動教室	回数	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫
1回60分の「脳トレ」やレクリエーションを取り入れた、笑いながら楽しめる運動教室です。この教室を通じて心も体もリフレッシュしましょう。	日	5月7日(火)	6月25日(火)	7月9日(火)	7月23日(火)	8月20日(火)	9月24日(火)	10月22日(火)	11月26日(火)	12月17日(火)	1月21日(火)	2月18日(火)	3月11日(火)
	時	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00
受講料無料 定員 15~20人程度	場所	人権福祉センター 1階 老人ルーム											
高齢者運転能力教室	回数	①	②	③	④	⑤	⑥						
運転に必要な感覚と操作力・運転シミュレーター体験などを行います。動かさない車での運転の能力評価なども行います。今の自分の運転能力についての現状確認をしてみませんか。	日	5月22日(水)	7月17日(水)	9月11日(水)	12月25日(水)	2月26日(水)	3月26日(水)						
	時	10:00~11:30	10:00~11:30	10:00~11:30	10:00~11:30	10:00~11:30	10:00~11:30						
受講料無料 定員 5人	場所	人権福祉センター 1階 老人ルーム など											
ヨガ教室	回数	①	②	③	④	⑤	⑥						
呼吸法と姿勢を学ぶヨガ教室です。動きやすい服装で受講してください。ヨガマットを各自準備いただき、必要な方は飲料やタオルをご持参ください。	日	5月13日(月)	7月1日(月)	9月2日(月)	10月7日(月)	12月2日(月)	2月10日(月)						
	時	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00						
受講料無料 定員 15人	場所	人権福祉センター 1階 老人ルーム											
フラワー教室 (生け花・プリザーブドフラワー)	回数	①	②	③	④	⑤	⑥						
生花、生花や葉を加工した花(プリザーブドフラワー)を使い、自分だけのオリジナル作品を作成する教室です。	日	6月19日(水)	8月7日(水)	10月16日(水)	12月11日(水)	1月8日(水)	3月5日(水)						
	時	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:00						
受講料 材料費 無料 定員 10人	場所	人権福祉センター 1階 老人ルーム											

