



鳴門市人権福祉センター だより

2024年 October No. 129

10月(神無月)号

夏が終わり秋の涼しさを感じる今日この頃です。
秋という言葉聞いて「スポーツの秋」、「食欲の秋」、「読書の秋」などをイメージする方も多いのではな
いでしょうか。過ごしやすい気候となり、運動や秋の味覚、紅葉などの芸術を楽しめる季節ですね。
人権福祉センターでは、各種デイサービスを実施していますので、ぜひご利用していただき、より一層秋
を満喫してはいかがでしょうか？

■お知らせ

デイサービスの日程が下記に変更となっています。

○高齢者運転能力教室

12月25日(水)→10月9日(水)
2月26日(水)→10月30日(水)
3月26日(水)→11月27日(水)

○いきいき運動教室

7月9日(火)→11月5日(火)



人権福祉センター事業

【デイサービス事業分】

○ヨガ教室	10月 7日(月) 10:00~	1階老人ルーム
○高齢者運転能力教室	10月 9日(水) 10:00~	1階老人ルーム
	10月30日(水) 10:00~	1階老人ルーム
○介護予防教室(理学)	10月11日(金) 10:00~	1階老人ルーム
○フラワー教室	10月16日(水) 10:00~	1階老人ルーム
○いきいき運動教室	10月22日(火) 10:00~	1階老人ルーム
○健康体操教室	10月28日(火) 10:00~	1階老人ルーム

【隣保館基本事業分】

○職業相談	10月 2日(水) 13:30~14:30	1階応接室
○移動図書館車	10月21日(月) 15:30~15:50	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	10月9日(水)・23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、二次元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(10月以降)

※定員に達していない講座は現在も参加申込できます。ご希望の方は人権福祉センターまでご連絡ください。

健康体操教室	回数	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。	日時	10月28日(月) 10:00~11:00	12月23日(月) 10:00~11:00	1月6日(月) 10:00~11:00	1月27日(月) 10:00~11:00	2月3日(月) 10:00~11:00	3月17日(月) 10:00~11:00
受講料無料 定員 15~20人	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	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。	日時	10月11日(金) 10:00~11:00 理学	12月6日(金) 10:00~11:30 作業	1月17日(金) 10:00~11:00 理学	2月14日(金) 10:00~11:30 作業	3月7日(金) 10:00~11:00 理学	
受講料無料 定員 15~20人	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	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。	日時	10月22日(火) 10:00~11:00	11月5日(火) 10:00~11:00	11月26日(火) 10:00~11:00	12月17日(火) 10:00~11:00	1月21日(火) 10:00~11:00	2月18日(火) 3月11日(火) 10:00~11:00
受講料無料 定員 15~20人	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	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。	日時	10月9日(水) 10:00~11:30	10月30日(水) 10:00~11:30	11月27日(水) 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	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。	日時	10月7日(月) 10:00~11:00	12月2日(月) 10:00~11:00	2月10日(月) 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	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。	日時	10月16日(水) 10:00~11:00	12月11日(水) 10:00~11:00	1月8日(水) 10:00~11:00	3月5日(水) 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					



けんこうたいそうきょうしつ 健康体操教室



にちじょうせいかつくねん りがくりょうほう
日常生活訓練としての理学療法に
たいそう きんりよくぞうきょう うんどう
よる体操・筋力増強のための運動
をおこな
を行います。

こうれいしやうてんのうりよくきょうしつ 高齢者運転能力教室



うんてん ひつよう かんかく そうさりよく うんてん
運転に必要な感覚と操作力・運転シミュレータ
たいけん のうりよくひょうか おこな
体験などで能力評価を行います。