

はなみずきだより

新年会を行いました

令和6年1月11日に新年会を行いました。
午前中は、鏡開きとゲームで、紅白のチームに別れて玉入れ大会を行いました。皆さん真剣なご様子で一生懸命頑張っていました。午後は、音楽会で、かわいいみずきっこ親子と一緒に歌や演奏を楽しみました。小さなかわいい「かがみもちさん」の衣装を着た子もいて、その姿にほっこり、笑顔がこぼれました。



今月中庭のお花紹介 【すいせん】



【花言葉】
「うぬぼれ」「自己愛」

🌸センターの中庭に元気よく咲いていました。ボランティアさんが生けてくださり、お部屋の中がよい香りに包まれました。

今月の行事予定

2/16(金)～2/22(木) **外食会を行います！**

大変お待たせ致しました！外食会を行います。場所は西東京市の【木曽路】に決定しました。1日限定5名様となります。参加者の調整ができましたら詳細を個別にお伝え致します。4年ぶりの開催となります。皆さん一緒に食事を楽しみましょう！



木曽路 田無店の外観です



👉 2月のお休み 👈

2月のお休みは下記のとおりです。ご確認よろしくお願い致します。

- ・ 2月 12日 振替休日
- ・ 2月 23日 天皇誕生日



来月の行事予定

3月1日(金) **～ひなまつり～**

現在ワクワクして頂けるようなイベントを考えております！
皆様 どうぞ楽しみにして下さい。

※当日は臨時利用の方を募集いたします！



ボランティアの皆様へ

3月1日のひな祭りにご協力いただけるボランティアさんを募集致します。参加可能な方は事務所までお声がけ下さい。また、他の曜日にも随時ボランティア募集中です。

歯科健診を行いました

1月24日水曜日に、センターで武蔵野市の無料歯科健診を行いました。歯科医師にお口の中をチェックしてもらった後は、歯科衛生士によるブラッシングの指導もありました。汚れがたまりやすい箇所や、歯ブラシの角度など分かりやすく教えていただきました。参加して頂いた方には歯科健診結果表をお渡ししていますので、医師からのコメントを確認していただき、今後の治療やメンテナンスの必要性がある方はかかりつけの歯科医師へご相談下さい。

今回は水曜日に行いましたが、たくさんの方に健診を受けて頂きたいと思いますので、次回開催を楽しみにして下さい！



＊週間スケジュール＊

＊木曜日のプログラムが変わりました！

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	音楽 (川田講師) 	ストレッチ体操 個別機能訓練 	ストレッチ体操 個別機能訓練 	音楽・体操 第1・2・4 …音楽 第3 …体操 	音楽 (川田講師) 	ストレッチ 体操 
午後	ストレッチ体操 個別機能訓練 ラフターヨガ (月1回) 	書道 (林講師) ※書道は毎回材料費100円がかかります 	音楽 (1, 3, 4週 広瀬講師 2週 小澤/坪山講師) 	新プログラム ～作品を作りましよう！～(手芸・美術・クラフト) 開始しました。 ※選べるプログラム 	選べるプログラム 手芸(編み物) 工作 個別機能訓練 	

見学はいつでもお受けしています！お気軽にご連絡下さい。

見学可能日：月曜日～金曜日 9：00～16：30

※お休みのご連絡はお早めをお願いします。

当日 8：30 を過ぎたご連絡は食材料費としてキャンセル料 800 円をいただきますのでご了承ください。

公益財団法人 武蔵野市福祉公社
武蔵野市立北町高齢者センター TEL:54-5300 FAX : 54-5312