

鯨ヶ池だより



日	月	火	水	木	金	土
<p>あけまして おめでとうございます 今年も元気にお出かけ下さい♡</p>				1日	2日	3日
				休館日	休館日	休館日
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
休館日	休館日	風呂○	風呂○	風呂○	風呂○	風呂○
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
風呂 午前	休館日	休館日	風呂○	風呂○	風呂○	風呂 午前
				健康講座 アルソア	健康生活 相談	間仕切り日 貸切
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
休館日	休館日	風呂○	風呂○	風呂○	風呂○	風呂○
25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
風呂 午前	休館日	風呂○	風呂○	風呂○	風呂○	風呂○
						間仕切り日

発行・指定管理者：特定非営利活動法人ワークスコープ
 静岡市鯨ヶ池老人福祉センター 静岡市葵区下951番地の1
 電話 054-294-9778 FAX 054-294-9196
 メールアドレス ss-kuziragaike@roukyou.gr.jp
 URL <http://shizuoka-roufuku.iimdo.com>

マークの見方	
	でん伝体操 9:30~
	カラオケ体操 11:30~
	ノルディック 9:10~
	ほのほのウォーキン グ 10:10~

鯨ヶ池通信 1月

冬の健康講座
14日(水) 10:30~ 大広間

「明るく健康にいつまでも若々しく」
アルソアの美容部員さんにかぜ対策
ほかほか体作りなどのお話を伺います

♪大勢の皆さんの参加をお待ちしています♪

生活・健康相談

15日(水)10時~
1階会議室

お気軽にご相談ください



クラブ紹介



* 第1・第3 火 / 水曜日に活動しています
作品を作りながらの 楽しいおしゃべり、出来上がった時の達成感!
満足いく作品ができると **しあわせ**♡
玄関のガラスケースに作品が並んでいます どうぞ、ご覧ください

来月のお知らせ

2月21日(土)
用宗老人福祉センターで
11館合同の**演芸まつり**が
開催されます

詳細は館内に掲示します



インフルエンザの予防と対策

- ・手洗い・うがいの励行
- ・マスクをしましょう(咳エチケット)
- ・栄養バランスの良い食事
- ・十分な休養・睡眠
- ・予防接種

かぜをひかずに元気にすごしましょう



季節ごとにかわいい折り紙を
廊下ガラスケースの上に
橋爪さんが飾ってくれています
ありがとうございます
1日講座も検討中です!

大掃除ご協力
ありがとうございました

