

今月のつぶやき

今年も早いもので12月に入りました。
最高気温の記録が次々に更新され、令和のコメ騒動が起きたり野菜や果物が不作だったり大変な一年でした。
皆さんにセンターに来て頂き元気な笑顔を見せて貰えるのが私達にとって一番の励みですし希望です。
元気で健康で良い年を越しましょう！！

センター長



ハロウィンクイズを開催しました！



10月のハロウィンシーズンに合わせてセンターではハロウィンにちなんだクイズ大会を開催しました。少し歯ごたえがあるかな？という問題でしたが、なんと半数の方が全問正解でした！

このうち、5問目のかぼちゃの絵を丁寧に描いていただいた田中昌子さんと中井憲子さんに景品を受取っていただきました。田中さん、中井さん、そして回答いただいた皆さま、ありがとうございました！



田中昌子さん



中井憲子さん

ご利用案内

- 【利用対象】 ふじみ野市在住の60歳以上の方（利用登録が必要です）
- 【利用料金】 無料（市外の方1日600円、ただし交流広場のみご利用の場合は無料）
- 【開館時間】 午前9時から午後5時まで
- 【休館日】 日曜日・祝日・振替休日・年末年始

ふじみ野市立大井総合福祉センター

〒356-0058 ふじみ野市大井中央2-2-1
TEL 049-266-1111

指定管理者：日本環境クリア株式会社
埼玉西営業所
〒356-0004 ふじみ野市上福岡5-5-15-4F



ふじみ野市立

大井総合福祉センターだより



12月号(No.54)



12月のイベント・教室

- 12/4 大人のぬりえ
- 12/6 数独にチャレンジ！（未経験&初心者）
- 12/7 eスポーツで遊ぼう①
- 12/9 介護予防センター出張講座
- 12/11 楽しいおりがみ
- 12/14 モルックをやってみよう！①
- 12/16 数独にチャレンジ！（経験者コース）
- 12/18 eスポーツで遊ぼう②
- 12/21 モルックをやってみよう！②
- 12/23 eスポーツで遊ぼう③
- 12/25 みんなで脳トレ①
- 12/26 みんなで脳トレ②

※ 詳しくは中面です

今月の表紙

かわいい赤い実をつけるセイヨウヒイラギは、クリスマスホーリーとも呼ばれるクリスマス飾りの定番ですね
お正月飾りの南天やセンリョウにも似ていますが、全く違う種類なんですよ

ホームページ

X(Twitter)



次回 は12月25日発行予定です

12月に募集するイベント・教室

日	曜	午前	昼びん	午後	日	曜	午前	昼びん	午後
1	日	休館日			16	月		○	数独にチャレンジ (経験者コース)
2	月		○		17	火	フラダンス教室 ・カラオケ	★	
3	火	フラダンス教室 ・カラオケ	★		18	水	シニア体操教室A	●	eスポーツで遊ぼう
4	水	シニア体操教室A	●	大人のぬりえ	19	木	絵手紙教室・カラオケ	★	
5	木	絵手紙教室・カラオケ	★		20	金		○	筋活かろやか教室
6	金		○	数独にチャレンジ (初心者コース)	21	土		○	モルックをやってみよう
7	土		○	eスポーツで遊ぼう	22	日	休館日		
8	日	休館日			23	月		○	eスポーツで遊ぼう
9	月		○	介護予防センター 出張講座	24	火	マージャン教室 ・カラオケ	★	
10	火	マージャン教室 ・カラオケ	★		25	水	シニア体操教室B	○	みんなで脳トレ
11	水	シニア体操教室B	○	楽しいおりがみ	26	木		★	みんなで脳トレ
12	木	カラオケ	★		27	金		○	筋活かろやか教室
13	金		○	筋活かろやか教室	28	土	シニア体操教室C	○	
14	土	シニア体操教室C	○	モルックをやってみよう	29	日	休館日		
15	日	休館日			30	月	休館日		
					31	火	休館日		

★ …ロングびんしゃん開催日
いつものびんしゃん体操よりも
カウントを増やして行きます。

● …お口びんしゃん開催日

健康マージャン教室

老若男女問わず楽しめるマージャンは脳トレに最適!

(※こちらは初心者向けの教室です)

日時: 12月10日・24日・1月14日・28日・2月4日・25日・3月11日 (各火曜日)
午前10時から12時まで (全7回の教室です)

場所: 4階 多目的ホール

定員: 30名

費用: 1000円

申込: 12月5日(木)から直接窓口にて(電話不可)



筋活かろやか教室 (転倒予防)

ケガにもつながるつまずく・転ぶの予防に効果的な体操を学びましょう!

日時: 12月13日・20日・27日・1月10日・17日・24日
各金曜日 午後2時から (全6回のコースです)

場所: 1階 ふじみんぴんしゃんホール

定員: 25名

費用: 無料

申込: 12月5日(木)から直接窓口にて(電話不可)



介護予防センター出張講座 ～足腰ラクラク体操～

介護予防センターで好評の講座がやってきます!

日時: 12月9日(月) 午後2時～午後3時

場所: 1階 ふじみんぴんしゃんホール

定員: 25名

費用: 無料

申込: 直接もしくは電話



eスポーツで遊ぼう 12月7日(土)

12月18日(水)

12月23日(月)

認知症の予防にも効果があるといわれているeスポーツ
(テレビゲーム)で、みんなで楽しく交流しましょう!

日時: 12月7日(土) / 12月18日(水) / 12月23日(月)

いずれも午後2時から

場所: 1階 ふじみんぴんしゃんホール

定員: 各10名 (いずれか1日のみ。複数日に参加はできません)

申込: 直接もしくは電話

費用: 無料



大人のぬりえ

12月4日(水)

日時: 12月4日(水) 午後2時から

場所: 1階 ふじみんぴんしゃんホール

定員: 25名

申込: 直接もしくは電話

費用: 無料

楽しいおりがみ

12月11日(水)

日時: 12月11日(水) 午後2時から

場所: 1階 ふじみんぴんしゃんホール

定員: 25名

申込: 直接もしくは電話

費用: 無料

数独にチャレンジ! 12月6日(金) 未経験&初心者

12月16日(月) 経験者

※以前に参加した方にはコースを指定する場合があります

日時: 12月6日(金) / 12月16日(月) いずれも午後2時から

場所: 1階 ふじみんぴんしゃんホール

定員: 各25名

申込: 直接もしくは電話

費用: 無料



モルックをやってみよう!

12月14日(土)

12月21日(土)

日時: 12月14日(土) / 12月21日(土)
いずれも午後2時から

場所: 1階 ふじみんぴんしゃんホール

定員: 各20名 (どちらか1日のみ)

申込: 直接もしくは電話

費用: 無料

みんなで脳トレ

12月25日(水)

12月26日(木)

日時: 12月25日(水) / 12月26日(木)
いずれも午後2時から

場所: 1階 ふじみんぴんしゃんホール

定員: 各25名 (どちらか1日のみ)

申込: 直接もしくは電話

費用: 無料