

今月のつぶやき

3月から新たにセンター長に就任します！
いままで副センター長として勤めてきましたが、あらためて利用者の皆さんが安全で快適にセンターを楽しんでいただけるよう、気を引き締めて頑張っています！
新副センター長の秋山さんともども引き続きよろしくお願いいたします

センター長 高橋 英知



新しい副センター長です！

3月から新しい副センター長が着任します！
秋山智典（あきやまとしのり）と申します。
前職は病院内で運動指導を行っておりました。
健康運動指導士という資格をもっておまして、
患者様の運動を主に生活習慣病予防のお手伝いを
していました。



大井総合福祉センターでも何か私のアイデアを生かして、皆さまの皆様の健康づくりをサポートできればと考えております。
副センター長として高橋新センター長を支えて参りたいと思っておりますので、今後ともよろしくお願いいたします。



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：日本環境クリアー株式会社
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



3月号 (No.57)



3月のイベント・教室

- 3/1 大人のぬりえ
- 3/3 楽しいおりがみ
- 3/8 みんなで脳トレ①
- 3/10 モルックをやってみよう！①
- 3/11 健康相談
- 3/12 数独にチャレンジ！（未経験＆初心者）
- 3/17 eスポーツで遊ぼう①
- 3/19 数独にチャレンジ！（経験者コース）
- 3/22 みんなで脳トレ②
- 3/24 モルックをやってみよう！②
- 3/26 Inbody測定会
- 3/28 eスポーツで遊ぼう②
- 3/29 モルックをやってみよう！③

※ 詳しくは中面です

今月の表紙

3月3日は桃の節句、ひな祭りです。
女の子の成長を願う行事ですが、子供には雛あられの方が楽しみかもしれないですね。

ホームページ

X(Twitter)



次回は3月25日発行予定です

3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	土		○	大人のぬりえ	16	日	休館日		
2	日	休館日			17	月		○	eスポーツで遊ぼう
3	月		○	楽しいおりがみ	18	火	カラオケ	★	
4	火	フラダンス教室 ・カラオケ	★		19	水		●	数独にチャレンジ (経験者コース)
5	水	シニア体操教室A	●		20	木	休館日		
6	木	絵手紙教室 ・カラオケ	★		21	金		○	健脚いきいき教室
7	金		○	健脚いきいき教室	22	土	シニア体操教室C	○	みんなで脳トレ
8	土	シニア体操教室C	○	みんなで脳トレ	23	日	休館日		
9	日	休館日			24	月		○	モルックをやってみよう
10	月		○	モルックをやってみよう	25	火	マーじゃん教室 ・カラオケ	★	
11	火	マーじゃん教室 ・カラオケ	★	健康相談	26	水	Inbody測定会	×	Inbody測定会
12	水	シニア体操教室B	○	数独にチャレンジ (初心者コース)	27	木	絵手紙教室 ・カラオケ	★	
13	木	カラオケ	★		28	金		○	eスポーツで遊ぼう
14	金		○	健脚いきいき教室	29	土		○	モルックをやってみよう
15	土		○		30	日	休館日		
					31	月		○	

★ …ロングびんしゃん開催日

● …お口びんしゃん開催日

健康相談 3月11日 (火)

ふじみ野整形外科内科骨粗鬆症スポーツクリニックの山口先生による健康相談です。お気軽にご相談ください
 日時：3月11日 (火) 午後1時15分～2時
 場所：3階健康相談室
 定員：5名
 申込：3月5日 (火) から、直接もしくは電話
 費用：無料



Inbody測定会 (体成分測定会) 3月26日 (水)

簡単に自分の身体の状態がわかる測定会です！
 気軽に測定して、結果を健康づくりや体力の増進に活かしましょう！
 日時：3月26日 (水) 午前9時～11時30分 / 午後1時30分～4時
 場所：1階ふじみんぴんしゃんホール
 申込：不要・自由に参加できます (無料です)



eスポーツで遊ぼう 3月17日 (月) / 3月28日 (金)

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：3月17日 (月) / 3月28日 (金)
 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 (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



楽しいおりがみ

3月3日 (月)

日時：3月3日 (月) 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

大人のぬりえ

3月1日 (土)

日時：3月1日 (土) 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

モルックをやってみよう！

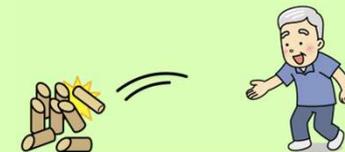
大人気につき開催日を増やしました！

3月10日 (月)

3月24日 (月)

3月29日 (土)

日時：3月10日 (月) / 3月24日 (月) / 3月29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。両方に参加はできません)
 申込：直接もしくは電話
 費用：無料



数独にチャレンジ！ 3月12日 (水) 未経験 & 初心者 / 3月19日 (水) 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：3月12日 (水) / 3月19日 (水) 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



みんなで脳トレ 3月8日 (土) / 3月22日 (土)

日時：3月8日 (土) / 3月22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25名 (どちらか1日のみ。両方に参加はできません)
 申込：直接もしくは電話
 費用：無料

