

## 今月のつぶやき

イギリスの諺に「3月はライオンのように訪れ、子羊のように去る」というのがあります。これをタイトルに引用した作品が「3月のライオン」です。将棋の世界を舞台に、神木隆之介演じる若き天才棋士と彼の面倒を見る姉妹たちとの交流を描いたヒューマンドラマ。前後編で約5時間と長い映画ですが、テンポがいいので最後まで楽しめると思います。浦和や川越がロケ地になっているので、どこかと探してみるのも面白いですよ。ちなみに原作は女性作者の少年漫画。こちらも傑作ですので、機会があればぜひ一読を。

センター長

## 昼のぴんしゃん体操 月曜日～土曜日の お昼12時毎日開催!

センター1Fぴんしゃんホールで実施中! (日・祝日は除く)  
沢山のご参加、お待ちしております!



\*参加には当センターの利用登録証が必要となります。詳しくはセンター総合受付窓口まで。

## ふじみ野市立

# 大井総合福祉センターだより



## 3月号(No.69)

### 大井手芸クラブ様 作品



### 3月のイベント・教室

- |                   |                   |
|-------------------|-------------------|
| 3/2 楽しいおりがみ       | 3/13 健脚いきいき教室⑤    |
| 3/4 大人のぬりえ        | 3/14 ミゼンフィットネス①   |
| 3/6 健脚いきいき教室④     | 3/16 TVゲームで遊ぼう②   |
| 3/7 みんなで脳トレ①      | 3/21 みんなで脳トレ②     |
| 3/9 TVゲームで遊ぼう①    | 3/23 数独にチャレンジ     |
| 3/11 モルックをやってみよう① | 3/25 ミゼンフィットネス②   |
|                   | 3/27 健脚いきいき教室⑥    |
|                   | 3/28 Inbody測定会    |
|                   | 3/30 モルックをやってみよう② |

### 今月の表紙

3月3日はひな祭りです。由来は古代中国から伝わったと言われる「上巳(じょうし)の節句」と日本の「流し雛」・「ひいな遊び(人形遊び)」が結びついたと言われていています。今は女の子の幸せと健やかな成長を願う日で「桃の節句」とも呼ばれ、現在の「ひな祭り」の形が出来上がりました。この日によく食べられている「ちらし寿司」・「はまぐり」を食べてひな祭りの雰囲気味わってみてはいかがでしょうか?

### 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



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	日	休館日			16	月		○	TVゲームで遊ぼう
2	月		○	楽しいおりがみ	17	火	フラダンス教室・マージャン教室・カラオケ	★	
3	火	フラダンス教室・カラオケ	★		18	水		●	
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	休館日		
6	金		○	健脚いきいき教室	21	土		○	みんなで脳トレ
7	土		○	みんなで脳トレ	22	日	休館日		
8	日	休館日			23	月		○	数独にチャレンジ
9	月		○	TVゲームで遊ぼう	24	火	マージャン教室・カラオケ	★	
10	火	カラオケ	★		25	水	シニア体操教室B	○	ミゼンフィットネス
11	水	シニア体操教室B	○	モルックをやってみよう	26	木	カラオケ	★	
12	木	カラオケ	★		27	金		○	健脚いきいき教室
13	金		○	健脚いきいき教室	28	土	Inbody測定会	×	Inbody測定会
14	土	シニア体操教室C	○	ミゼンフィットネス	29	日	休館日		
15	日	休館日			30	月		○	モルックをやってみよう
					31	火	カラオケ	★	

★・・・ロングびんしゃん開催日

●・・・お口びんしゃん開催日

## Inbody測定会（体成分測定会）3月28日（土）

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28日（土）午前9時30分～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  
費用：無料



## 楽しいおりがみ 3月2日（月）

日時：3月2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：2月25日（水）9時より直接窓口もしくは電話  
費用：無料



## 大人のぬりえ 3月4日（水）

日時：3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：2月25日（水）9時より直接窓口もしくは電話  
費用：無料



## ミゼンフィットネス 3月14日（土） / 3月25日（水）

運動器官の衰えを未然（ミゼン）に防ぐ為に簡単な体操（フィットネス）です。  
お気軽にご参加ください。（フェイスタオルを使用しますのでご持参下さい）

日時：3月14日（土） / 3月25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（どちらか1日のみ。両方に参加はできません）  
申込：2月25日（水）9時より直接窓口もしくは電話  
費用：無料



## モルックをやってみよう

### 3月11日（水） / 3月30日（月）

日時：3月11日（水） / 3月30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20名（どちらか1日のみ。両方に参加はできません）  
申込：2月25日（水）9時より直接窓口もしくは電話  
費用：無料



## TVゲームで遊ぼう

### 3月9日（月） / 3月16日（月）

日時：3月9日（月） / 3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20名（どちらか1日のみ。両方に参加はできません）  
申込：2月25日（水）9時より直接窓口もしくは電話  
費用：無料



## 数独にチャレンジ 3月23日（月）

未経験・初心者向けの講座です

日時：3月23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：2月25日（水）9時より直接窓口もしくは電話  
費用：無料



## みんなで脳トレ 3月7日（土） / 3月21日（土）

日時：3月7日（土） / 3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25名（どちらか1日のみ。両方に参加はできません）  
申込：2月25日（水）9時より直接窓口もしくは電話  
費用：無料

