



# 令和4年 6月 中川福祉会館だより

毎月20日発行

## 6月イベントのお知らせ

各イベントの受付開始日にあわせてお電話または来館にてお申込みください☺

### 中川シアター『最高の人生の見つけ方』 ★5/30(月)から受付開始

6/13(月)・15(水) … 10:00～

6/14(火)・16(木)・17(金) … 13:00～ 定員各10名

全く違った人生を歩んできた2人の男がガンで余命宣告されたことをきっかけに「棺桶に入るまでにやりたいことリスト」を作り、チャレンジしていく冒険物語。  
“一度きりの人生なら、華々しく生きようじゃないか”



### リーダーサロン

★6/7(火)から受付開始

6/21 (火) 13:30 ~ 15:00 定員12名

認知症予防リーダーさん企画のサロンです☺  
ホームエクササイズ、お口の体操、昔の思い出話など…  
毎月どんなことをするかお楽しみに☆



#### 認知症予防リーダーとは？

認知症予防に関する知識や手法を学び地域のサロン等で活動されている方たちです

### サロン おいでやす♪

★6/13(月)から受付開始

6/27 (月) 10:00 ~ 11:30 定員12名

体操・脳トレ・ぬり絵…何をするかお楽しみに☆  
一緒に笑って楽しく **頭も心も活性化!!**  
みなさんこそっておいでやす～♪



## ボッチャゲーム

★6/13(月)から受付開始

6/27 (月) ①10:00～11:00 / ②11:00～12:00 定員8名

ボッチャとは、ボールを転がして的確(まと)にどれだけ寄せられるか競うカーリングのようなゲーム。  
ルールを覚えて対戦してみよう！



## サニークラフト「お花紙のあじさい作り🌸」

★6/15(水)から受付開始 ※事前集金のため来館してお申込みください

6/29 (水) 10:00 ～ 11:30

定員20名 参加費：50円

持ち物：ハサミ、木工用ボンド、つまようじ



## フレイル予防体操

★6/16(木)から受付開始

6/30 (木) 13:30 ～ 15:00 定員20名 (講師：植屋先生)

フレイルとは？➡ 加齢にともない心身の機能が低下すること  
虚弱体質にならないように筋トレをして健康寿命を延ばしましょう！



## 医師による健康相談 (当日お申込みOK)

病院に行くまでもないけれど気になることがある方お気軽にご相談ください。

6月の日程についてはお問合せください。



### 『季節の壁面飾り』

色とりどりのショウブの花が  
皆さまをお出迎えします！

