

かわさき老人福祉・地域交流センター ニュース

令和 8 年 9 月号

令和 8 年 8 月 26 日発行



みんなで歌おう♪ ～季節の歌～ 体にも脳にも刺激がいっぱい!

10/2 (金) 11/6 (金) 12/4 (金) 13時30分～15時 開催

定員: 40名 (先着順) 市内在住 60歳以上の方 ***利用証必要**

講師: 照井 貴子 (音楽健康指導士・合唱指導者)

申込: 8月27日 (木) ～ 電話または窓口で申込

ボクシングエクササイズ 正しいフォームで楽しく運動を

後期 10/20 (火) ～ 3/16 (火) 毎月第3火曜日 17～18時 開催

定員: 20名 (先着順) 子どもから大人まで参加可

講師: 久我 勇作 (第40代・43代日本スーパーバンタム級チャンピオン) 

申込: 9月7日 (月) ～ 電話または窓口で申込

やさしい K-pop ダンス リズム運動で 幸福ホルモンを増加させます

毎月第2火曜日 18～19時 開催 次回は9月8日

定員: 20数名 子どもから大人まで参加可

講師: Groovy Dance 所属講師 (JDAC 認定ダンス指導員) 

申込: 随時受付中～ 電話または窓口で申込

〒210-0026 川崎区堤根 34-15



かわさき老人福祉・地域交流センター 電話 233-5592 FAX221-5031

E-mail: kawasakirousen@cs-w-kawasaki.or.jp

スマホ教室 初心者向け ゆっくり丁寧に教えます

10/13 (準備) 、10/20、11/17、12/15、1/19、2/16 (連続講座)

火曜日 10時～12時 開催

定員: 10名 (抽選) 初めての方優先 市内在住 60歳以上の方 ***利用証必要**

講師: シニア情報生活アドバイザー/スマホ・タブレットアドバイザー 三好みどり氏

申込: 9月8日 (火) ～10月2日 (金) 電話または窓口で申込

令和 8 年度 後期講座 参加者 2 次募集 !!

応募資格: 市内在住 60歳以上の方 ***利用証必要**

申込: 9月9日 (水) 10時開始 1階会議室にて抽選

「敬老のつどい」 ～親睦と交流を深めるために～

9月10日 (木) 9:30～12:15 開催 (申込不要)

・講座/同好会 発表会 9:30～11:15 (9:15開場)

・スチールパン演奏「Pangie」 11:30～12:15

・作品展 9月10日 (木) ～ 9月18日 (金) 展示

パソコン タブレット スマホ 相談会

9月14日 (月) 10～12時 開催 ***利用証必要**

2階工作室 定員: 6名 (申込不要/先着順) (毎月開催)



令和8年 9月予定表 (8/26時点)

(赤字：老セン・地域交流センター合同開催) (青字：外部主催)

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		内科医健康相談 いこい元気広場	入浴日 生活相談 将棋入門 (講) ズンバゴールド (講) 寺子屋	楽しいチエヨガ (講) 練功十八法 (講)	入浴日 生活相談	
6	7	8	9	10	11	12
	入浴日 生活相談	English time (講) 写経 (講) ストレッチ&リズム体操 (講) いこい元気広場 K-POPダンスエクササイズ	入浴日 生活相談 ◆後期講座 2次募集 寺子屋	敬老のつどい (作品展は18日迄展示)	入浴日 生活相談	
13	14	15	16	17	18	19
	入浴日 生活相談 パソコン・タブレット・スマホ なんでも相談会	整形外科医健康相談 外国講座 (中国) いこい元気広場 ボクシングエクササイズ	入浴日 生活相談 将棋入門 (講) ズンバゴールド (講) 寺子屋		入浴日 生活相談 料理教室 子ども食堂	
20	21	22	23	24	25	26
	敬老の日 開館してます☺	国民の休日	秋分の日	元気アップ体操 (講)	入浴日 生活相談 男の料理教室 (講)	
27	28	29	30			
	入浴日 生活相談	English time (講) お茶のイベント 🍵	消防訓練 入浴日 生活相談 寺子屋 ◆茶道イベント申込開始～			

嘱託医健康相談 第一火曜日 13:30～14:30 黒坂 きょう子医師 (内科)
 第二火曜日 13:30～14:30 新妻 真文子医師 (内科)
 第三火曜日 12:30～13:30 薄井 利郎医師 (整形外科)
 第四火曜日 13:30～14:30 湯山 理文子医師 (皮膚科)

生活相談員による生活相談：月・水・金 9:30～12:00 13:00～15:00

看護師による健康相談：月・水・金 10:00～13:00 14:00～15:00
火・木 10:00～12:00 13:00～15:00