

かわさき老人福祉・地域交流センター ニュース

令和8年10月号

令和8年10月9日更新



茶道 イベント 気軽に抹茶を楽しみましょう

10/27、11/24、12/22、1/26、2/16、3/23 (連続講座)

火曜日 10時～12時開催

定員：12名(抽選) 初めの方優先 市内在住・在勤・在学の方

講師：青木 進樵氏 参加費：3,000円(6回分)

申込：9月30日(水)～10月9日(金) 電話または窓口で申込

料理教室

10月16日(金) 10～13時開催 参加費：600円(材料費)

定員：16名(先着順) 市内在住・在勤・在学の方

講師：栄養士 折野 裕子 先生

申込終了

嘱託医による健康講話会『痛風・高尿酸血症について』

10月20日(火) 13時～14時開催

定員：50名 市内在住の60歳以上の方

講師：うすい整形外科 薄井 利郎 先生

申込：10月1日(木)～10月16日(金) 電話または窓口で申込

60歳未満の方でも
参加OKです！

〒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



パソコン タブレット スマホ 相談会

10月19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]



大人のための朗読会 ～初めに～ 滑舌・発声練習をしましょう♪

10月23日(金) 13～14時20分開催

定員：20名(先着順) 市内在住・在勤・在学の方

講師：読み聞かせ活動団体 セロの会 

申込：10月2日(金)～10月16日(金) 電話または窓口で申込

フラワーアレンジメント 11月9日(月) 13時30分～15時開催

定員：18名(先着順) 市内在住・在勤・在学の方 参加費：1,500円(材料費)

申込：10月19日(月)～23日(金) 電話または窓口で申込 ☆☆☆

シニアのリズムダンス みんなで一緒に楽しく踊りましょう

11/20、12/18、1/15 (連続講座) 金曜日 10時～11時半開催

定員：30名(先着順) 市内在住 60歳以上の方 *利用証必要

申込：10月16日(金)～11月13日(金) 電話または窓口で申込

ヨーグルトセミナー 11月25日(水) 14時～15時開催

定員：50名(先着順) 市内在住・在勤・在学の方

申込：10月28日(水)～ 電話または窓口で申込



令和8年10月予定表 (9/29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
				楽しいチェアヨガ (講) 練功十八法 (講)	入浴日 生活相談 みんなで歌おう-季節の歌-	
4	5	6	7	8	9	10
	入浴日 生活相談	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	元気アップ体操 (講) ゆったりヨガ (講) 羊毛フェルト (講)	入浴日 生活相談 男の料理教室 (講)	
11	12	13	14	15	16	17
	スポーツの日	写経 (講) ストレッチ&リズム体操 (講) いこい元気広場 スマホ教室 (準備) K-POPダンスエクササイズ	入浴日 生活相談 水彩色えんぴつ (講) 寺子屋	楽しいチェアヨガ (講) 練功十八法 (講)	入浴日 生活相談 料理教室 子ども食堂	
18	19	20	21	22	23	24
	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 講話会 スマホ教室 (講) 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	元気アップ体操 (講) ゆったりヨガ (講) 羊毛フェルト (講)	入浴日 生活相談 大人のための朗読会	
25	26	27	28	29	30	31
	入浴日 生活相談	中国語入門 (講) 写経 (講) ストレッチ&リズム体操 (講) 茶道イベント いこい元気広場	入浴日 生活相談 水彩色えんぴつ (講) 寺子屋		入浴日 生活相談 貸室抽選会 「1～3 月分」貸室抽選会 10月30日 (金) 13時～ 開催 2階ホール	

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