



平成30年4月号

# 可美荘だより

## 浜松市老人福祉センター 可美荘

\*開館時間 9:00~16:30 休館日:毎週月曜日

\*入浴時間 11:00~15:00 (100円)

\*ご利用出来る方 60歳以上の市民の皆様

浜松市南区増楽町1645番地の1

TEL 053-440-0571

FAX 053-440-0572

ようこそ可美荘へ



ニューメンバー加入  
よろしくお願ひします

### 講座のお知らせ

#### 前期栄養教室募集中

日時 5月~10月までの毎月第4火曜日 全6回

5月22日 6月26日 7月24日

8月28日 9月25日 10月23日

10時~13時

場所 可美荘栄養指導室

講師 小池澄恵管理栄養士

費用 600円×6回分=3,600円  
(初回に集めます)

持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具

定員は11名で、お申込みの締め切りは5月13日  
です。お問い合わせは可美荘までお願いします。申  
し込み多数の場合は抽選になります。

地域の皆様こんにちは 可美荘館長新任の鈴木  
喜晴です。今年は桜咲くのが早かったですね。平  
成30年度がいよいよスタートしました。当館では4月  
の人事発令により館長と事務員牧野はるみの2名が  
新たな職員となりました。地域の皆様方に当館を明  
るく楽しくご利用していただけますよう頑張りますの  
で、前任者同様よろしくお願ひ申し上げますとともに  
皆様のご指導ご協力を何卒よろしくお願ひいたしま  
す。

施設運営につきまして、地域の魅力ある老人福祉  
センターづくりと利用満足度の向上に努めてまいりま  
す。

多くの皆様のお越しとご利用を職員一同、心より  
お待ちしております。

#### 転ばぬ先の太極拳教室募集中

日時 5月22日 6月12日、26日

7月10日、24日 全5回

第2、4火曜日

10時~12時

場所 可美荘大広間

講師 中村有見先生



昨年度開催し、大好評の講座が早速登場  
です。

動きやすい服装でご参加ください。水分  
補給用の飲み物もお忘れなく

お申込み・お問い合わせは事務所まで!

みなさんこんにちは

# 元気はつらつ教室です



4月になりました。

暖かな春の始まりです。

「元気はつらつ教室」は72～99才までの方（要支援1、2と自立の方）が元気に週1回利用しています。

今年度もスタッフは一緒です。

みなさんが気持ちよく利用できるよう

利用者ファーストでがんばります。



春らしいステキな壁飾りできました



楽しい(\*^^)v優しい (\*\*\_\*\*) 職員  
待ってま～す

**利用者さん募集中!**

**☎ 053-440-0571**

## 保健室から笑顔に



### 脳を活性化する暮らし方は？

他人とあまり関わらず、刺激の少ない生活を送っていると、脳の機能は、徐々に衰えていきます。

さあ4月です。何かを始めるのにちょうど良い季節です。可美荘のカラオケ、フラダンス、ペン習字、絵手紙など興味のある同好会を探して参加してみたいかがでしょうか？

新しいことを始めたり、新しい人間関係を築いたりすることは、脳をより活性化させます。



## 4月の健康相談等

今年度の健康相談がスタートします。春は気候が不順な時期でもあります。体調など心配な事があれば何でもご相談ください。

### ☆健康相談日

相談は鈴木和恵医師（和クリニック）

4月12日（木）

13:30～15:00

### ☆体脂肪測定

4月20日（金）

13:30～15:30

◎ 心や体の健康は、財産です。  
ひとりで悩まないで気軽に看護師に声をかけてください。