



平成30年12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

「第27回可美荘まつり歌と踊りの集い」が11月4日(日)に賑やかに開催されました

今回も運営委員はじめ参加された皆様の御協力をいただき盛会に開催できました。終日熱演と温かい応援に会場は大盛り上がりでした。

朝早くからお出かけいただき、ありがとうございました。

次回は来年6月を予定しています。お楽しみに!!



- 大広間に新しいカラオケ機器が入っています!
- 皆さん歌って元気にないましょう!!



文化祭のお知らせ

☆12月8日(土)・9日(日)
可美荘文化祭を開催します

当日はどなたでも入館できます
お誘い合わせてお出かけください

文化祭期間中、大広間で、浜松鉄道模型同好会の皆様による鉄道模型(HOゲージ)の展示・運転があります。体験運転もできます。

当日は、どなたでも見学・体験できますので、是非お越しください。

催し物のお知らせ

アルパ演奏(ハープのような楽器)

日時:12月15日(土)13:15~14:30
12月25日(火)13:15~14:30

場所:元気はつらつ教室

※可美荘を利用される方や元気はつらつ教室に興味のある方、是非お越しください。



♪アマービレコンサート♪

日時:1月18日(金)11:00~11:40

場所:大広間

内容:歌・ピアノ・フルート・ベル演奏

是非お越しください♪一緒に歌いましょう♪

※アマービレとは音楽用語で愛らしくと言う意味です。



可美荘の年末年始のお休みは、
12月29日(土)~1月3日(木)
です。よろしくお祈りします。

みなさんこんにちは

元気はつらつ教室です



11月は運動会でがんばって、ステキなクリスマスツリーにお正月の鶴のリースも作りました。1年たつには早いもので、あっという間に12月です。今月は毎年好評の寄せ植えに楽しいクリスマス会。みんなで可美荘に行こう!!
楽しいことは全部可美荘にある。



わーい！運動会頑張ったね



きらきらクリスマスツリーは雪化粧



おめでたい鶴のリースで良い年を!!

利用者さん募集中!

☎ 053-440-0571

保健室から笑顔に ちょこっとトレーニング



『雑巾で窓を拭いてみましょう』

ふだんから体を動かしていないと、全身の筋肉や関節の働きが弱まります。雑巾を絞り、部屋の窓をきれいに拭いてみましょう。肩関節が広がり、腹筋、背筋、腰回りの筋肉も鍛えられます。肩の痛い人は無理しないようにしましょう。

12月の健康相談等

☆健康相談日

12月13日(木)
13:30~15:00

尿の検査、看護師の血圧測定、医師への相談等を行います。

医師は和クリニックの鈴木和恵医師です。

☆体脂肪測定

12月21日(金)
13:30~15:30

