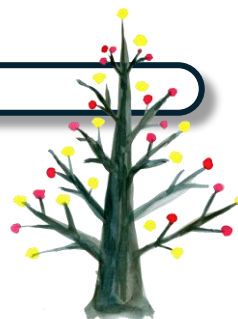


## 2025年12月号 成人用



# クリスマス会



西尾久ふれあい館に今年もサンタがやってくる！  
クリスマス実行委員のお友だちが準備してくれた会場で、  
ダンスや合唱、フラダンスなどなど。一緒に楽しめる  
クリスマス会を開催します。ぜひ遊びに来てください!!

## 音楽のひろば♪クリスマスコンサート

歌やダンス、イントロクイズなど、いろいろな形で音楽を  
楽しみ、クリスマスのひと時を一緒に楽しみましょう♪

日時 12月20日(土)

- ・第1部 10:00~11:35
- ・第2部 13:30~15:45

場所 西尾久ふれあい館 3階 多目的室

※ご不明の点がありましたら、職員におたずねください。

日時 12月14日(日) 14:00~16:00

対象 全世代 定員 60名 費用 無料

※詳しくは申込用紙をご覧ください

## ○スマイルサタデーからのお知らせ○

クッキング『サンタケーキ』を作ります

日時 12月13日(土) 13:30~14:45

対象 成人 材料費 150円

定員 24名程度 ※先着順ではありません

※申し込み期間

11月17日(月)~11月25日(火)

※抽選結果発表&入金期間

11月27日(木)~12月8日(月)

※詳しくは担当職員にお問い合わせください



## フラワーアレンジメント体験教室

お花を美しく配置するフラワーアレンジメント。  
先生に教わりながら、楽しくチャレンジして  
みませんか？ 作品はお持ち帰りいただけます。

<成人~64歳>

日時 12月4日(木) 10:00~11:30

申し込み 11月11日(火)~11月25日(火)

<65歳以上>

日時 12月22日(月) 10:00~11:30

申し込み 12月1日(月)~12月15日(月)

※詳しくは申し込み用紙をご覧ください

## ★シノブ先生の健康ヨガ★

日時 12月5日(金)・11日(木)・18日(木)  
10:30~11:30

場所 1階和室or2階洋室 定員 各日12名

対象 65歳以上の方 参加費 無料

※申し込み期間: 11月17日(月)~11月27日(木)

※詳しくは申し込み用紙をご覧ください



## 西尾久 DE クイズ PART60

★問題用紙配布 12月15日(月)

★解答用紙受付 12月22日(月)

★正解発表 12月24日(水)



## ☆囲碁将棋サークル☆

今月の開催日時は…

12月12日(金) 15:30~17:00



## ☆大人のスポーツタイム☆

成人の方ならどなたでもスポーツを楽しめる時間です。  
事前の申し込みはありません。時間内であればご自由に  
利用いただけます。譲り合ってお楽しみください。

日時 12月28日(日)  
10:00~12:00

内容 卓球、バドミントンなど

対象 成人

※お子様をお連れの場合には周囲に十分ご注意ください



## ☆午後のカラオケ☆

今月の開催日時は…

12月26日(金) 15:30~17:00





# 12月の予定

西尾久ふれあい館  
03(3810)6219

日	月	火	水	木	金	土
	1 ころ・合唱 ・吟頌会	2 ソシ・踊り・ カフェ	3 ころ ぼん座位	4 レク フラワー アレンジメント (成人)	5 カラオケ 健康ヨガ	6 土曜合唱
7 おやすみ (1階のみ開放) 音楽のひろば クリスマス コンサート	8 ころ・合唱 ・詩吟・ 吟頌会	9 ソシ・踊り ・フラ	10 ころ	11 レク・ 健康ヨガ	12 カラオケ・ 囲碁将棋	13 スマサタ スポーツ吹矢
14 おやすみ (1階のみ開放)	15 ころ・合唱・ 吟頌会	16 ソシ・踊り・ フラ	17 ころ ぼん座位	18 レク・ 健康ヨガ	19 カラオケ	20 クリスマス会
21 おやすみ (1階のみ開放)	22 ころ・合唱 吟頌会 フラワー アレンジメント (高齢者)	23 ソシ・踊り・ カフェ	24	25 詩吟	26 カラオケ 午後のカラオケ	27
28 おやすみ (1階のみ開放) 大人の スポーツタイム	29 休館	30 休館	31 休館	★年末年始休館のお知らせ★ 12月29日(月) ～1月3日(土)は 休館いたします。 		

- |           |                        |          |           |           |          |
|-----------|------------------------|----------|-----------|-----------|----------|
| ・レクダンス    | 毎週木曜                   | 午後1：30～  | ・午後のカラオケ  | 金曜(月1回)   | 午後3：30～  |
| ・踊り       | 毎週火曜                   | 午後1：00～  | ・ふれあいカフェ  | 第1・第4火曜   | 午前10：00～ |
| ・合唱       | 毎週月曜                   | 午前10：00～ | ・フラダンス    | 第2,3,4火曜  | 午後7：00～  |
| ・ソーシャルダンス | 毎週火曜<br>(荒川老人福祉センター主催) | 午後1：30～  | ・囲碁・将棋    | 金曜日(月1回)  | 午後3：30～  |
| ・カラオケ     | 毎週金曜                   | 午前10：00～ | ・詩吟       | 第2,3木曜    | 午前10：00～ |
| ・ころぼん体操   | 毎週月・水曜<br>(健康推進課主催)    | 午前10：00～ | ・スマイルサタデー | 土曜(基本月2回) | 午後1：30～  |
| ・ぼん座位体操   | 第1,3水曜<br>(障害者福祉課主催)   | 午前10：30～ | ・土曜合唱     | 第1・3土曜    | 午後3：15～  |
| ・吟頌会      | 月曜(月3回程度)              | 午後1：00～  | ・スポーツ吹矢   | 土曜(月1回)   | 午前9：30～  |

ふれあい館に関するアンケートは  
こちらからご記入いただけます

⇒⇒⇒

