さ・が・み・湖　　指定管理者：共同企業体ウイッツ・ギオン

リフレッシュセンター通信

発行日　平成29年1月1日
発行者　さがみ湖リフレッシュセンター
問合せ　電話　042-685-3988
第25号

本年も宜しくお願いいたします

2017年元旦

さがみ湖リフレッシュセン
職員一同

自主事業「転ばないための体づくり教室」2回開催

自主事業「転ばないための体づくり教室」２回を終了いたしました。第１回目は５月末から６月に掛けて５日間、第２回目は11月下旬から12月中旬に４日間実施をし、延べ９日間の教室を田子政昌先生(㈱セリエス)の指導のもと①座ったままでの体づくり②肩や背中のほぐし③バランス運動④指や手の反応運動⑤梯子を使って歩き・ステップ歩きなどの教室を参加者延べで200人の参加で開催いたしました。２回目の最後の日に車座になり、参加しての感想発表を行いましたが、単身世帯だと喋ることも動くことも少なく、この教室に参加をすることで友達もでき、体操もできるので有り難い、参加の初日には杖を突かないと歩けなかったが、終わりころには杖無でも歩けるようになって参加してよかったのなどの感想をいただき、多くの方から是非とも来年を続け、日数も増やして欲しいなどの要望もいただきましたので、来年の計画で善処こることとし、参加者にとってこの教室が貴重な外部との交流の場や情報源であることを知り、この事業の存在感を実感しました。

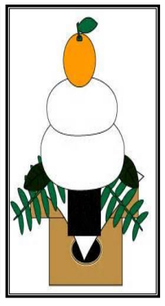
生きがい大学「冬の花の寄せ植え開催」

生きがい大学第6回目の講座「冬の花の寄せ植え」を12月21日(水)の午後、駐車場敷地で開催しました。講師は杉本　均(藤野フラワーセンター)さんにお願いし、前段に座学で冬の花の特性や植え付けの基礎などを学習し、実技には色取りどりの葉ボタン・白妙菊・パンジー・ビオラなどの5～6種の内3種類をチョイスし、班ごと和やかに教え合う笑顔の内に見事に一鉢で上がりレジ袋で持ち帰りました。冬の各自玄関先を明るく賑わせてくれることでしょう

12・1月のminiギャラリー

12・1月のミニギャラリーの展示は絵手紙サークル「たんぽぽ」(代表：江坂久子)の作品を展示いたします。こんな絵手紙書いて年賀状や手紙を出せたら心温まりますね。
※ 1月は「書」に入れ替えます。

■12月の利用申込み状況　　平成28年12月23日現在　　×：利用申請済(利用不可)

日・曜日 / 施設名	1(日)			2(月)			3(火)			4(水)			5(木)			6(金)			7(土)			8(日)			9(月)			10(火)			11(水)			12木月)			13(金)			14(土)			15(日)			16(月)		
	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間
ふれあいルーム1											点検のため休館		×			×											×	×	×	×			×	×		×	×	×	×	×					×			
ふれあいルーム2																×									×			×		×		×		×			×	×	×	×					×	×	×
研修室																												×			×							×								×	×
調理実習室																																		×	×											
ボランティアルーム																													×		×	×		×	×		×	×					×	×	

日・曜日 / 施設名	17(火)			18(水)			19(木)			20(金)			21(土)			22(日)			23(月)			24(火)			25(水)			26(木)			27(金)			28(土)			29(日)			30(月)			31(火)		
	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間
ふれあいルーム1	×	×	×				×			×	×	×		×			×		×		×	×	×	×				×			×	×	×	×			×					×	×	×
ふれあいルーム2	×		×		×				×	×	×	×		×					×	×	×	×				×		×		×	×	×	×							×		×
研修室	×			×										×	×							×	×		×	×		×				×												
調理実習室																			×	×								×	×																
ボランティアルーム	×	×		×	×						×														×	×		×