



三鷹市高齢者福祉センター 広報誌
第601号 令和8年1月1日 発行

わっか



睦月

三鷹市社会福祉協議会
三鷹市新川6-37-1
元気創造プラザ3階
TEL 0422-46-1108

初釜 お茶会



1/20(火) 13:30~15:00

お気軽に
お越しください

※ お菓子がなくなり次第終了となります

＼高齢者福祉センター／
満足度調査にご協力ください



皆様のご意見を センターの運営に
反映していきたいと思ひます。

新春行事

HAPPY
NEW YEAR!
2026

あけまして
おめでとうございます
今年も
高齢者福祉センターを
よろしく
お願いいたします。

将棋 大会

1/28(水) 13:00~16:00

申込は
21(水)

までとなります。

囲碁 大会

1/29(木) 10:00~16:00

新春行事

月	火	水	木	金	土	日
休館日	2026 1/4(日)より開館いたします		1 休館日	2 休館日	3 休館日	4 サ 10:00~12:00 カラオケ
5 休館日	6 サ 9:15~11:50 吹矢	7 スマホ個別相談会 予約受付開始→9:00~	8 1/1分振替♪ サ 10:00~11:30 ヨガ	9 サ 11:30~12:30 ソーラーボール サ 13:00~15:30 民踊 サ 13:00~16:00 謡曲 事前相談会 10:00~11:30 介 講座スマホ	10 サ 13:00~15:30 歌唱	11 指導日 サ 10:00~12:00 カラオケ
12 休館日 (成人の日)	13 サ 9:45~11:45 ストレッチ サ 13:00~16:00 茶道	14	15 サ 10:00~11:30 ヨガ サ 13:00~14:30 コーラス	16 サ 10:00~11:30 ふまわっと 介 講座スマホ①ホ 10:00~11:30 サ 13:00~15:30 民踊 サ 13:00~16:00 謡曲	17 サ 13:00~15:30 歌唱	18 サ 10:00~12:00 カラオケ
19 休館日	20 サ 9:15~11:50 吹矢 初釜 13:30~15:00	21 介 10:00~11:00~ スマホ個別相談会	22 健康相談 13:30~14:30	23 サ 11:30~12:30 ソーラーボール 介 講座スマホ②ホ 10:00~11:30 サ 13:00~15:30 民踊	24 サ 13:00~15:30 歌唱	25 指導日 サ 10:00~12:00 カラオケ
26 休館日	27 サ 9:45~11:45 ストレッチ	28 将棋大会 13:00~16:00	29 囲碁大会 10:00~16:00	30 サ 13:00~15:30 民踊 介 講座スマホ③ホ 10:00~11:30	31 サ 13:00~15:30 歌唱	