

羽衣講座

認知症予防に効果的運動と体操

23日(火) 10:00~11:00

認知症予防のための効果的な運動
や体操(身体の運動に加え、歌や
頭の体操もミックス)を行います。

講師:松風荘 良知様



今月の教室開催日



☆運動系教室

🌀 でん伝体操	毎週火・木・土	9:00~
ラダーゲッター	2日(火)・16日(火)	13:30~
モルック	4日(木)・18日(木)	10:00~
ショート ポールウォーキング	5日(金)・19日(金)	10:00~
輪投げ	5日(金)・19日(金)	13:30~
シニアヨガ	6日(土)・20日(土)	10:00~
ディスコンA	6日(土)・20日(土)	13:30~
パタンク	9日(火)・23日(火)	13:30~
スカットボール	10日(日)・24日(日)	9:30~
リズムでストレッチ	11日(木)・25日(木)	10:00~
ニチレクボール	11日(木)・25日(木)	13:30~
スローステップ	12日(金)・26日(金)	13:30~
ポールウォーキング	13日(土)・27日(土)	10:00~
ディスコンB	13日(土)・27日(土)	13:30~

Hagoromoシネマ



出演:深津絵里、西田敏行他
素敵な金縛り

殺人事件の証人は何と落武者の幽霊だった。
裁判で幽霊の証言が認められるのか?
三流弁護士と幽霊の法廷サスペンスコメディ

22日(月) 9:30~

スマホ相談会(予約受付中)

16日(火) 10:00~11:30

スマホに関する事なら何でも相談会です。

よろず相談受け付けます。

羽衣荘では随時各種相談受け付けています!

生活・健康相談会(予約制)

4日(木) 13:30~15:00



松原地域包括支援センターの相談員による
健康や介護等の相談会です。
予約は3月29日(金)までをお願いします。

☆文化系教室

ちょっと難しい折紙教室	3日(水)・10日(水)	13:30~
ハミング	9日(火)	10:00~
お話寺子屋	12日(金)	9:30~
初心者切り絵	18日(木)	13:30~

☆その他の教室

脳トレしましょう!	2日(火)	10:00~
マンカラの日	10日(水)・26日(金)	9:30~
いきいき体操	13日(土)	10:00~
囲碁の日	17日(水)・24日(水)	9:00~
新聞ちぎり絵	随時:ロビーで活動中	

新年度を迎え永井館長からご挨拶

昨年度1万6千人を超える利用がありました。
教室・クラブ・団体の数が60程ありますので、
ご自分に合った新しい事を始めてみませんか。

60歳以上の方が無料で利用できます。
お問い合わせは羽衣荘事務所まで
☎054-336-3117

今月から令和6年度の教室が始まります。開催日時等が3月
までと変更になった教室もありますので、間違えないように
確認をしてください。