

配付

平塚市余熱利用施設

リフレッシュプラザ平塚だより 12月号

だんだんと肌寒くなり、冬の訪れを感じるようになってきました。2019年も残すところあと1ヶ月！良い締めくくりとなるようにしたいですね。

リフレッシュプラザ平塚では、様々なイベントの企画や教室の開催を行っております。お誘いあわせのうえ、ぜひご参加ください。みなさまのご来館をスタッフ一同お待ちしております。

★12月事業・イベント予定★

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休館日	3	4 脳とからだの健康チェック	5 カラオケ教室	6	7 朝ヨガ
8 朝エア口	9 休館日	10 絵てがみ	11	12 カラオケ教室 家族介護事業	13	14 ポッチャ
15	16 休館日	17	18	19 カラオケ教室	20 健康講座	21 朝ヨガ
22 朝エア口	23 休館日	24 絵てがみ	25	26 カラオケ教室	27	28
29 休館日	30 休館日	31 ※1/3まで休館				

←各事業・イベントの詳細は裏面に記載

お気軽にお問合せください

☎ **0463-51-1280**

住所：平塚市大神3344番地の4

バス：JR平塚駅北口・平53系統本厚木駅行

寄木神社バス停下車 徒歩7分



リフレッシュプラザ人材バンク 募集中!

地域のみなさまがこれまで経験を積まれてきた特技や資格、また趣味として取り組んでいること等を活かして、サークル活動やカルチャー教室、相談会等を開いていただくものになります。

第一弾として...

11月に「デザイン画教室」を開催しました。利用者さん同士の関係も深まり、とても有意義な時間となりました。今後もこのような活動を増やし充実を図っていきたくと考えています。ぜひみなさまの経験を広めていただければと思います。活動内容や活動回数についても1回から複数回など、どのようなことでもお気軽にご相談ください。詳細については館内チラシまたはスタッフまでお問い合わせください!

例えば...

薬剤師さん募集!!

当館ではいつも飲んでいるお薬の相談会を実施予定です。薬剤師の資格を活かして、当館で活動してみませんか!?

脳とからだの健康チェック

対象: おおむね65歳以上の方

会場: 平塚市余熱利用施設リフレッシュプラザ平塚

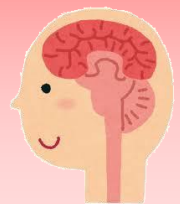
日時: 12月4日(水) 10:00~16:00 ※各日、完全予約制となります

内容: ①タッチパネルを使って脳の健康度を測定

②握力・歩く速度・骨密度を測定し、からだの健康度を測定

お申し込み先: 平塚市高齢者よろず相談センターサンレジデンス湘南

担当: 清田・江成 ☎0463-54-7009



看護師による健康講座

日時: 12月20日(金) 11時~12時

場所: 健康相談室

講義内容: 「インフルエンザ撃退

~食事と健康生活~」

講師: 廣中 幹子

参加費無料 一予約不要

ポッチャ NEW!

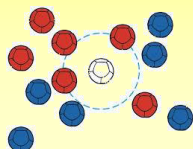
日時: 12月14日(土) 10:00~11:30

定員: 先着12名

持ち物: 動きやすい服装、運動靴、水筒

お申込み方法: 一要予約一

当館受付または電話にて



ご挨拶

本年もたくさんの方々にご利用・ご活用いただき、ありがとうございました。ご利用者様、地域のみなさまに支えられ、今年も無事に終えることができそうです。

2020年もスタッフ一丸となり、地域のみなさまに愛される施設を目指して参ります。

1年間大変お世話になりました。

どうぞ来年もよろしくお願い致します。

◇年末年始の営業について◇

12/28	通常営業 (9:00~21:00)
12/29~1/3	休館
1/4	通常営業 (9:00~21:00)