

福祉館あけぼの だより

「考えよう相手の気持ち、未来へつなげよう違いを認め合う心」

島田市福祉館あけぼの

電話・FAX 0547-37-4587

E-mail akebono3860@ca.thn.ne.jp

令和7年

4月



令和7年度がスタート！

令和7年度がスタートしました。本年度も福祉館が地域の皆様に親しまれ、そして福祉や文化等の交流の拠点となるよう精一杯努めてまいります。ぜひ、これまで同様、ご理解とご協力をお願いいたします。

さて、本館主催の教養講座が4月から始まります。受講生の皆さん、よろしくお願いします。なお、やむを得ず欠席・遅刻をする場合は、必ず福祉館へご連絡ください。

講座名	人数／定員	1回目開催日	開催時間	持ち物等
健康体操	15 / 17	4月1日(火) 4月15日(火)	10:00～11:30	体操靴、体を動かしやすい服装、タオル、水筒
ペン習字	12 / 15	4月12日(土)	13:30～15:30	個人負担のペン 
PC・スマホ	5/5・11/15	4月11日(金)	10:00～12:00	パソコンかスマホ
セルフリンパ	19 / 15	4月3日(木)	10:00～12:00	体操靴、体を動かしやすい服装、タオル、鏡、クリーム 
大正琴	5 / 10	4月9日(水)	13:30～15:30	大正琴（貸出用琴数台有） 
料理	12 / 10	4月2日(水)	10:00～12:00	材料費毎回700円、エプロン、マスク等
台湾家庭料理	9 / 10	4月10日(木)	10:00～12:00	材料費毎回700円、エプロン、マスク等
絵手紙	10 / 15	4月18日(金)	13:30～15:30	教材一式5,280円(必要な方のみ)

定員を満たしていないペン習字、スマホ、大正琴、台湾家庭料理、絵手紙の各講座は、随時募集をしています。詳しいことをお知りになりたい方は、福祉館へご相談ください。

4月の新刊図書から ～腰痛 タイプ別の治療決定版～

「腰痛は、日本人の約8割が一生涯に一度は経験する“国民病”」と言われています。腰痛のタイプの一つ、「座骨神経痛」では、
症状…腰から足先にかけてしびれや痛みが現れる。

原因…加齢とともに脊柱管が狭くなり神経を圧迫する事例が多い。

本誌では、タイプや症状による治療法等を紹介しています。

(「NHK きょうの健康 4月号」から一部抜粋)



福祉館『あけぼの』利用案内 ～その1～

- 開館日 火曜日～日曜日
- 休館日 祝日、年末年始(12/29～1/3)、月曜日
- 開館時間 (平日) 9:00～17:00 (土・日) 9:30～16:30

本年度も2名体制で運営します。ただし、平日の出張や土・日は、勤務の関係で1人勤務となる場合があります。その場合には、利用者に合わせて開館時間が変動することがあります。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

また、館の事業(相談活動、福祉事業、啓発・広報活動、教養講座・図書の貸出等文化事業、施設貸出業務等)について、ご質問等がありましたらご連絡ください。