

さらら新聞

2025年4月号
発行さらら仁川公益施設

館長のひと言

桜の花が咲き、新しい年度が始まり、教室も新たな気持ちで受講されているのではないだろうか。皆様の活動を拜見し、うらやましいことがあります。

一つ目は、目標をもって活動されていることです。演技発表会や卓球・囲碁などの腕試し大会の出場という目標を持つことで、やる気が出て、パワーアップを実感されていることと思います。

二つ目は、同じ教室の方とのコミュニケーションです。部屋の中での様子や受付ロビーでの楽しそうな会話は、一緒に頑張ろうという雰囲気良く伝わってきます。

最後は、元気になるという動機付けです。活動を楽しむためには、まず健康でなければなりません。そのためには、規則正しい生活、栄養バランスの取れた食事、十分な睡眠などを心がけておられると思います。

当施設での活動が皆様にとって生きがいの一つとなるよう、そのサポートに努めてまいります。

3月8日(土)「第91回さらら寄席」が開催されました



3月11日・12日に「酒粕の栄養&発酵ランチ付き」が開催されました



3月25日(火)さらら仁川公益施設定期清掃が行われました



イベントのご案内

基礎からコツを学ぶ 似顔絵教室

開催日：5月6日・20日・6月3日・7日
時間：10時00分～12時30分
場所：さらら仁川公益施設 会議室2
受講料：2500円(全火曜・4回分)
定員：10名
申込は4/3より、窓口・お電話・WEBから事前にお申込みください。
定員になり次第受付終了です。

似顔絵教室
5/6・20
6/3・17
講師 フロッグ西嶋
お申し込みは4/3より、窓口・お電話・WEBから事前にお申込みください。
定員になり次第受付終了です。

初心者のための 大人の卓球教室

開催日：5月10日・17日・24日・31日
6月7日(全て土曜日)
時間：①13:00～又は②14:10～
場所：さらら仁川公益施設 多目的ホール
受講料：1800円(全5回分)
定員：各8名(18歳以上卓球初心者)
申込は4/3より、窓口・お電話・WEBから事前にお申込みください。
定員になり次第受付終了です。

大人の卓球教室
全5回
2025年
5/10・17・24・31
6/7(全て土曜日)
13:00~14:00
14:10~15:10
さらら仁川公益施設 多目的ホール
受講料 1,800円(全5回分)
申込 4/3より、窓口・お電話・WEBから事前にお申込みください。

イベントのご案内

腸から健康になるランチ作り オーガニックの魅力を感じる日

開催日：5月20日または21日
時間：10:30～13:00
場所：さらら仁川公益施設 キッキングルーム
料金：1600円※キャンセル料あり
定員：24名
申込は4/3より窓口・お電話・WEBから事前にお申込みください。
定員になり次第受付終了です。

「オーガニックの魅力を感じる日」
腸は健康からはじまる！
オーガニックで腸を癒そう！！
腸から健康になるランチ作り
5/20
5/21
さらら仁川公益施設
15名 16名 17名 20名 21名
20名 21名 1600円
21名 1600円
0991952294
0991952294

小学3年～6年生初心者 ジュニア卓球教室

開催日：5月10日・17日・24日・31日
6/7・21日・28日(全て土曜日)
時間：9時00分～10時30分
場所：さらら仁川公益施設 多目的ホール
受講料：2500円(全7回分)
定員：10名
申込は4/3より窓口・お電話・WEBから事前にお申込みください。
定員になり次第受付終了です。

さらら仁川公益施設
ジュニア卓球教室
2025年5/10・17・24・31・6/7・21・28(全7回)
9:00~10:30
小学3～6年生の卓球初心者
さらら仁川公益施設 多目的ホール
10名 定員 寺岡 幸之助
受講料 2,500円(全7回分)
13:00~14:00
14:10~15:10
07981527686