

# 天王森の郷 H30年冬号



## ズンバ教室のご紹介

もともとは、職員の健康増進のため月1回開催していましたが、29年6月より地域の皆様にもお声掛けをし、一緒に行うようになりました。少人数で楽しく開催していますので、ご興味のある方ぜひご参加ください



初心者や高齢者にも踊りやすいようにデザインされたプログラムです。

比較的シンプルな動きと低い強度の動きで構成されているので、運動が苦手な人でも、ダンスが苦手な人でも、これまでフィットネス系プログラムに参加した事がない人でも、どんな人でも楽しみながら体を動かせるようになります。



## 人気! ズンバ教室のご案内

インストラクター: 小沢友美先生

開催日: 毎月第4金曜日 18時~19時

場 所: 特別養護老人ホーム天王森の郷 1階多目的ホール

\* 施設の駐車場をご利用ください

定 員: 15名 \* 事前に参加申し込みをお願いします。当日のご連絡でもOK

持ち物: 運動しやすい服装・運動靴・飲み物・タオル

# 無料!

# 活動報告

**11/11 在宅介護講習会**  
 栄養教室を開催しました。  
 勉強あり、試食あいの楽しい講習  
 会になりました



**1/18 泉サポート送迎**  
 7名の方を居場所の会まで  
 送迎をおこないました



**11/2 地域清掃参加**  
 地域の皆様と一緒に道路清掃を行  
 いました。大勢参加され、あっとい  
 う間にきれいな道路になりました



**12/10 ふれあい忘年会**  
 当施設にて開催され、「居  
 場所の会の送迎の取組  
 み」についてお話をさせてい  
 いただきました



富士見が丘社会福祉協議会  
 平成29年一人乗り忘年  
 富士見が丘地区民児協

**施設の行事** 2月10日 在宅介護講習会 『介護予防体操』  
 “体を動かし、介護予防に取り組みましょう”

★施設、デイサービスの見学は随時行っておりますので、ご連絡ください

## 在宅介護講習会のご案内

日時:平成30年2月10日(土)

14:00~15:30

内容:介護予防体操

場所:多目的ホール

申込先:045-804-3311

現在募集中



**ZUMBA®**のご案内

gold

日時:毎月第4金曜日

18:00~19:00

場所:多目的ホール

申込先:045-804-3311

## 編集後記

編集担当 成島・川口

冬本番の厳しい日々が続いており、インフルエンザなどの感染症には気を付けたい時期です。  
 日頃より、多くのボランティアの皆様や地域の皆様の心温かいご支援、心から感謝しております。  
 今後も「地域に根差した施設」を目標に積極的な活動を心掛けてまいります。

発行元 社会福祉法人たちばな会 特別養護老人ホーム天王森の郷

〒245-0016 泉区和泉町733番地 電話:045-804-3311 FAX:045-804-5005

※ホームページにて施設内の詳しい情報を公開しておりますので、是非ご覧ください

<http://www.tenmori733.jp/>