

福祉 くろべ

9月



【編集・発行】 社会福祉法人黒部市社会福祉協議会 平成26年9月1日発行



特集 「ふだんのくらしを しあわせに」

地域の今を届ける密着レポート／いくつになっても美しく！前沢の「お化粧教室」
イベントpick up!／元気づくり事業 バスハイキング
連載／ふくしスマイル・ワーカー etc.

📷 今月の表紙 子ども記者——子ども福祉くろべをつくってくれた子どもたち

うなづき

【場所】黒部市宇奈月老人福祉センター

介護予防通所事業 生き生き倶楽部

時間／9:30～15:00
参加無料！
対象／65歳以上の方



※■は休館日

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
	体操	体操		自力整体 心香りの湯	自力整体 心香りの湯	
7	8	9	10	11	12	13
ヤンバイ 映画館	運動会	運動会		運動会	運動会	
14	15	16	17	18	19	20
		新川荘	新川荘	新川荘	新川荘	
21	22	23	24	25	26	27
ヤンバイ 映画館	自力整体 心香りの湯	自力整体 心香りの湯	健康体操	健康体操		
28	29	30	1	2	3	4
	健康体操	健康体操				

時間／10:00～ 自力整体 …… 稲田 清美先生
健康体操 …… 岡崎 明子先生(25・29・30日)
…… 石田みどり先生(26日)

心とからだに休養を

「疲れやすい」「意欲がわかない」など、いつもと違う自分に気づいたら、思い切ってペースダウンして、自分をゆっくり休ませてあげましょう。まずは心とからだの疲れを癒すこと。くれぐれも「がんばらない」ことが大切です。

お問い合わせは黒部市宇奈月老人福祉センター
担当：広浜 まで TEL.(0765)65-1820

福祉・ボランティアに関することは

社会福祉法人 黒部市社会福祉協議会

http://www.kurobesw.com/

●本所 黒部市福祉センター内
〒938-0022 黒部市金屋464-1
TEL.(0765)54-1082(代表) FAX.(0765)52-2797
TEL.(0765)57-1089(ケアセンター・ホームヘルプセンター)
Eメール kurobesw@ma.mrr.jp

●宇奈月支所 黒部市宇奈月老人福祉センター内
〒938-0862 黒部市宇奈月町浦山2111
TEL・FAX.(0765)65-9533
Eメール u-shakyo@ma.mrr.jp

くろべ

【場所】黒部市福祉センター

介護予防のための 元気はつらつ体操教室

時間／10:00～11:00
参加費／300円(入館料のみ)
対象／65歳以上の方



※■は休館日

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
		健康体操A	健康体操A			
7	8	9	10	11	12	13
		健康体操B		健康体操A	健康体操A	
14	15	16	17	18	19	20
		うどん会 ストレッチ	うどん会 ストレッチ	うどん会 健康体操B	うどん会 健康体操B	
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4

時間／10:00～ 健康体操A …… 泉 一郎先生
健康体操B …… 牧野 和子先生
ストレッチ …… 仁科 在重先生



編集後記

表紙の撮影場所を子ども記者に相談してみると「宮野運動公園の長～い滑り台！」と元気な答え。前沢地区の好きな場所の1つとのこと。構図も表情も彼女たちの提案どおりです。

「子ども福祉くろべ」作成の様子は次号でくわしくお伝えします。お楽しみに！

編集 中野



【黒部市の人口】41,954人 [65歳以上の人口] 12,155人 高齢化率 28.8%
H26.8.1 現在(外国人を除く)

この広報誌は一部共同募金の助成金により発行されています。

