

# 松前地域福祉交流センター ★ゆいっこ通信★

発行先  
松前町社会福祉協議会  
字福山236番地4  
地域福祉交流センター  
ゆいっこ通信 4月号  
令和6年4月1日発行  
電話 42-2270

☆ 社会福祉協議会では、次の物品を貸出できます ☆



テント(横幕なし)  
簡単組立テント  
(白) 1組  
組立テント(青)  
2組



介助式車イス 自走式車イス



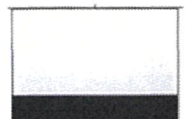
※1  
小型発電機  
1台



拡声器 1台  
ワイヤレスマイク 2本



プロジェクター  
1台



スクリーン(100型)  
1台



オンステージ  
(カラオケ本体) 1台



輪投げ 2組



ポケネット 1台



室内用ペタンク  
1台



Mobi weight  
いきいき百歳体操  
DVD  
おもい 10組



スカットボール  
1組



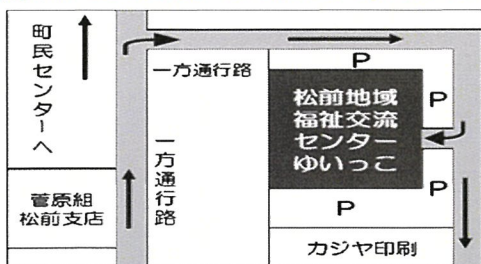
※1  
災害のない平時に  
イベント等の各行事  
への貸出

町内各団体のイベントや各行事等で活用してみませんか?  
利用申し込みの際はお気軽にお問い合わせください♪  
電話: 42-2270



## 松前地域福祉交流センターゆいっこ

- ・松前町社会福祉協議会
- ・指定居宅介護支援事業所
- ・指定訪問介護事業所
- ・障がい者地域活動支援センター



## ☆☆☆ 交通アクセス ☆☆☆

- ・バス… ゆいっこ前バス停で下車
- ・自家用車… 駐車場あります  
(一方通行路なのでお気を付けて)

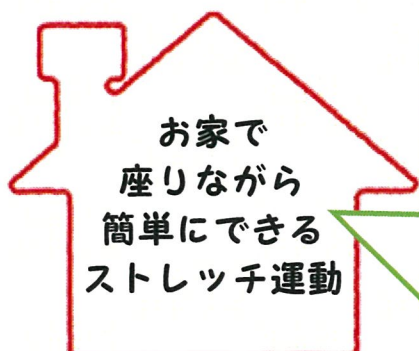


松前地域福祉交流センター ゆいっこ

# 4月行事予定のお知らせ

暖かくなってきましたね♪  
ゆいっこにも沢山足を運んでくださいね♪♪♪

	月	火	水	木	金	土
	1	2 サロン 福山教室 10:00～12:00	3 パソコン教室 10:30～12:00	4 エクサフ教室 1 班 13:00～15:00	5	6
	7	8	9	10 パソコン教室 10:30～12:00 昔話語り部 13:30～15:30	11 エクサフ教室 2 班 13:00～15:00	12
14	15	16 サロン 福山教室 10:00～12:00	17 パソコン教室 10:30～12:00	18 エクサフ教室 1 班 13:00～15:00	19 ふまねっと 教室 10:00～11:30	20
21	22	23 おりがみ教室 Aチームのみ参加 13:30～14:30	24 パソコン教室 10:30～12:00 昔話語り部 13:30～15:30	25 エクサフ教室 2 班 13:00～15:00	26	27
28	29 昭和の日 	30 おりがみ教室 Bチームのみ参加 13:30～14:30	<p>松前町社会福祉協議会では、地域福祉交流センター ゆいっこにて、各教室を開催しております。 町民皆様の沢山のご参加をお待ちしております。 ＜ご利用時間帯 午前9時から午後5時まで＞</p> 			



●つま先立ち  
主に下腿(かたい)  
三頭筋を鍛える

かかとを1、2、3  
でしっかり上げて、  
1、2、3でゆっくり  
おろす



●股関節の屈曲  
主に腸腰筋を鍛える

1、2、3でひざを胸  
に引きつけ、1、2、3で  
ゆっくりもどす

※上半身をひざの方に  
動かさないように  
※足を交互に動かすと  
比較的多く続けられる

