

三瀨総合福祉センター

ゆうゆうだより



久留米市イメージキャラクター

発行
社会福祉法人
久留米市社会福祉協議会 三瀨支所
三瀨総合福祉センターゆうゆう
久留米市三瀨町玉満1790
TEL 0942-65-1200
FAX 0942-65-1219

★休館日 毎週月曜日 第3日曜日

健康づくり教室

第2回 11月13日(水)13:20～14:50

安本病院の管理栄養士による低カロリー献立について、理学療法士による健康体操(基礎代謝向上体操)を行います。
毎回、簡単な運動と役に立つお話を組み合わせて楽しく得する内容を予定しています。

申込み開始日 11月1日(金) 10:00～

参加費無料



子育てサロン
&
この指とまれBaby
無料育児相談

ふるさとみづま祭り

11月2日(土)9:00～18:00
～
3日(日)9:00～19:00

両日無料開放
(お風呂のご利用はできません)

10月24日 }
11月28日 } 木 10:00～11:30
12月26日 }



【予約は不要です】

ベビーマッサージ

定員:20組

【必要な物】

- ・オイル代 200円
- ・バスタオル 2枚
- ・飲み物



申込開始日 時間	開催日 時間
10月8日(火) 10:00～	10月17日(木) 10:30～11:30
11月12日(火) 10:00～	11月21日(木) 10:30～11:30
12月10日(火) 10:00～	12月19日(木) 10:30～11:30

◆三瀨総合福祉センター「ゆうゆう」は有料(大人210円、子ども100円)の施設です。

ホームページはこちらから➡

▼ 年末年始休館のお知らせ
令和6年12/28(土)～令和7年1/6(月)



[行事カレンダー] 10月～12月			
月/日	曜日	時間帯	行事予定
10/1	火	10:00～11:00	健康体操教室
2	水	10:00～11:30	ケア・トランポリン
		13:30～14:45	脳と身体の体操教室
3	木	13:00～14:00	フラダンス教室
4	金	14:00～15:00	健美操教室
5	土	10:00～11:30	リトミック教室
			大人の塗り絵教室
8	火	13:30～15:00	太極拳教室
9	水	10:00～11:30	筆ペン書道教室
			ケア・トランポリン
10	木	10:00～11:30	手芸教室
		13:00～14:00	フラダンス教室
11	金	13:00～14:30	貯筋運動教室
12	土	10:00～11:30	大人の塗り絵教室
13	日	10:00～11:00	日曜健康体操教室
15	火	10:00～11:00	健康体操教室
16	水	10:00～11:30	ケア・トランポリン
17	木	10:30～11:30	ベビーマッサージ
18	金	14:00～15:00	健美操教室
19	土	10:00～11:30	リトミック教室
20	日	9:30～12:30	イキイキ介護フェスタ
22	火	10:00～12:00	折り紙教室
		13:30～15:00	太極拳教室
23	水	10:00～11:30	筆ペン書道教室
			ケア・トランポリン
24	木	10:00～11:30	この指とまれBaby
			手芸教室
25	金	13:00～14:30	貯筋運動教室
27	日	10:00～11:00	日曜健康体操教室
30	水	10:00～11:30	ケア・トランポリン
11/1	金	14:00～15:00	健美操教室
2	土	9:00～18:00	ふるさとみづま祭り 無料開放
3	日	9:00～19:00	(お風呂のご利用は出来ません)
5	火	10:00～11:00	健康体操教室
6	水	13:30～14:45	脳と身体の体操教室
		10:00～11:30	ケア・トランポリン
7	木	13:00～14:00	フラダンス教室

【行事カレンダー】10月～12月

月/日	曜日	時間帯	行事予定	6	金	14:00～15:00	健美操教室
11/8	金	13:00～14:30	貯筋運動教室	7	土	10:00～11:30	大人の塗り絵教室
9	土	10:00～11:30	大人の塗り絵教室 リトミック教室	8	日	10:00～11:00	リトミック教室 日曜健康体操
10	日	10:00～11:00	日曜健康体操教室	10	火	13:30～15:00	太極拳教室
12	火	13:30～15:00	太極拳教室	11	水	10:00～11:30	筆ペン書道教室 ケア・トランポリン
13	水	10:00～11:30 13:20～14:50	筆ペン書道教室 ケア・トランポリン 健康づくり教室	12	木	10:00～11:30 13:00～14:00	手芸教室 フラダンス教室
14	木	10:00～11:30 13:00～14:00	手芸教室 フラダンス教室	13	金	13:00～14:30	貯筋運動教室
15	金	14:00～15:00	健美操教室	14	土	10:00～11:30	大人の塗り絵教室
16	土	10:00～11:30 10:00～11:30	大人の塗り絵教室 リトミック教室	17	火	10:00～12:00 10:00～11:00	折り紙教室 健康体操教室
19	火	10:00～11:00	健康体操教室	18	水	10:00～11:30	筆ペン書道教室 ケア・トランポリン
20	水	10:00～11:30	ケア・トランポリン	19	木	10:00～11:30 10:30～11:30	手芸教室 ベビーマッサージ
21	木	10:30～11:30	ベビーマッサージ	20	金	14:00～15:00	健美操教室
22	金	13:00～14:30	貯筋運動教室	21	土	10:00～11:30	リトミック教室
24	日	10:00～11:00	日曜健康体操教室	22	日	10:00～11:00	健康体操教室
26	火	10:00～12:00 13:30～15:00	折り紙教室 太極拳教室	24	火	13:30～15:00	太極拳教室
27	水	10:00～11:30	筆ペン書道教室 ケア・トランポリン	25	水	10:00～11:30	ケア・トランポリン
28	木	10:00～11:30	手芸教室 この指とまれBaby	26	木	10:00～11:30	この指とまれBaby
12/3	火	10:00～11:00	健康体操教室	27	金	13:00～14:30	貯筋運動教室
4	水	10:00～11:30 13:30～14:45	ケア・トランポリン 脳と身体の体操教室				
5	木	13:00～14:00	フラダンス教室				

「ゆうゆう」の勉強部屋

勉強に集中できる場所を提供します。



冬休み期間中
利用料 小学生100円 中学生210円

イキイキ健康広場inみつま2024

～若い今から介護予防 みんなで取り組もう健康づくり～



◆令和6年10月20日(日) 9時30分～12時30分

◆三瀬総合福祉センター「ゆうゆう」

内容 寸劇「認知症の正しい知識」

①体力測定 ②リズム体操・歌レク
③KUMON学習療法 他

※入館無料

食堂/お風呂のご利用はできません



「赤い羽根」共同募金運動

10月1日～12月31日間、全国的に展開されます。地域の福祉、みんなで参加をモットーに地域の皆様のご協力をお願い致します。



10月1日▶12月31日

献 血

「愛の献血」にご協力をお願いします!

日程:10月18日(金)
会場:三瀬保健センター
時間:10時～12時
13時～15時30分



一般送迎のご利用をお待ちしています。

無料一般送迎(9人乗り)			
停車場と予定時刻及び日割り一覧表(送迎時間は、利用者の状況より多少遅れる場合があります)			
	9:15	9:30	9:40
火曜日	安武校区コミュニティセンター	城島校区コミュニティセンター	三瀬校区コミュニティセンター
水曜日	大善寺校区コミュニティセンター	荒木校区コミュニティセンター	西牟田校区コミュニティセンター
木曜日	安武校区コミュニティセンター	城島校区コミュニティセンター	三瀬校区コミュニティセンター
金曜日	大善寺校区コミュニティセンター	荒木校区コミュニティセンター	西牟田校区コミュニティセンター
土曜日	安武校区コミュニティセンター	城島校区コミュニティセンター	三瀬校区コミュニティセンター



※子供から大人まで、最寄りの場所からご利用できます。
※日曜日、祝日の送迎はありません。

※台風、豪雨、暴風、大雪等の悪条件の時は、運休することがあります。

※送りは、15時に出発します。