

2026年

富岡町生活復興支援センター

開館時間 10:00~16:00

3月行事予定表

いわき四倉交流サロン

住所 いわき市四倉町字東2-115
電話番号 0246-38-4355

日	月	火	水	木	金	土
1 休館日	2 健康体操 10:00~11:30	3 趣味の会 ☆ 10:00~12:00	4 料理教室☆ 10:00~12:00	5	6	7 休館日
8 休館日	9 刺繍サークル 9:30~12:00	10 健康麻雀 10:00~12:00	11 パッチワーク☆ 10:00~12:00	12 ウォーキング 10:00~12:00	13 元気アップ 体操 ☆ 14:00~15:30	14 休館日
15 休館日	16 ゆる体操 ☆ 10:00~11:30	17 元気ヨガ ☆ 10:00~11:30	18 介護相談 (あゆみより) 14:00~15:00	19 季節の寄せ 植え ☆ 13:00~14:30	20 春分の日 休館日	21 休館日
22 休館日	23 健康体操 10:00~11:30	24 健康麻雀 10:00~12:00	25 楽しい脳トレ 10:00~12:00 健康相談 14:00~15:00	26 ウォーキング 10:00~12:00	27 歩みの会 ☆ 10:00~11:30	28 休館日
29 休館日	30	31				



☆マークは事前にお申し込みください

料理教室 3/4(水) 10:00~

- ・定員：10名 参加費：500円
- ・持ち物：エプロン・三角巾

料理の献立は当日のお楽しみ！
栄養講話の話もあります。
是非ご参加ください



ゆる体操 3/16(月) 10:00~

- ・持ち物：飲み物、ヨガマット(あれば)

ゆる体操をして、体を
ゆるめ、コリや冷えを
解消しましょう



介護相談(あゆみより)

3/18(水) 14:00~15:00

ご自分の事、ご家族の事、
気になる物忘れの事を
専門スタッフに話して
みませんか？

【問合せ】富岡町地域包括支援センター
電話 0246-88-1958



季節の寄せ植え

3/19(木) 13:00~

- ・参加費：800円
- ・持ち物：持ち帰り用袋

春の寄せ植えを作って
ご自宅でも春の花を
楽しみませんか？

