

富谷市福祉健康センター

場所：富谷市富谷西沢 13 番地(富谷中央公民館と同一敷地内)
市民バス停名：富谷中央公民館
電話番号：358-7466

※障害者就労継続支援事業所も併設され、障害者の方との交流もある施設です。

1日中、家で過ごしている方や運動する機会が少ない方、市民バスで来れる福祉健康センターを利用してみませんか？

自由来館で自分のペースで利用してみませんか？
～見学したその日から利用できます～

みんなと楽しく健康づくりの教室や行事に参加しませんか？
～仲間と一緒に時間を共有～

お風呂に入って、心身ともにリフレッシュ♪

・大浴場と小浴場の2つのお風呂があり、午前と午後で男女交代して入浴します。
大きな浴槽で体を伸ばして、ゆったりと入浴して心身ともにリフレッシュしませんか？

※入浴介助は行いません。

小浴場



大浴場



洗い場



利用時間は月～木曜日 10時～3時までになっております。 ※金曜日は 10時～1時までとなります。
(※季節や状況によって利用時間が異なっておりますので、利用前にご連絡いただきご確認ください。)

教室や行事などに参加し、新たな出会い・新たな楽しみを♪

つるかめ運動教室、川柳教室、シニアメンス教室、音楽健康教室などの教室や日帰りバス旅行、世代間交流事業などを開催しております。日々の生活に楽しみをプラスしてみませんか。

児童クラブ世代間交流会



シニアメンス教室



男性のみの教室でいろいろな内容で実施しています。

自分のペースで健康作り！

・軽めの負荷の筋力トレーニング器具(6種類)が使えます。自分の好きな時間に来ていただき、自分のペースで無理なく健康作りを行えます！

電気磁気治療器、マッサージ器などもあり心身のリフレッシュも行えます。



男性も気軽に運動・健康作りに利用されています。

毎週木曜日のほっとカフェ 参加費100円

時間：11:00 ～ 12:45 (ラストオーダー)

カフェマスターの淹れたてコーヒーと、カフェスタッフの笑顔に交流が広がっています。ご参加お待ちしております。

コーヒーでひと息、みんなでおしゃべり等楽しい時間を過ごしてみませんか？



美味しいコーヒーを準備してお待ちしております♪

各種教室・行事の紹介

興味がある教室、行事に申込みを行い参加できます。

○広報とみや、社協だよりに案内募集を随時掲載しております。

①つるかめ運動教室（3コース各5日間開催）

・①初めての運動コース②レクなど楽しみながらコース③運動多めコースの中から自分に合った運動コースを選び参加できる教室です。

②川柳教室（毎月第2月曜日開催）

・川柳の基本や詠み方のコツを学び、身近な生活を題材に句を詠みます。また講師より講評された句の中から、毎月7句を広報とみやに掲載します。

③快適ライフ教室（年数回、都度募集）

・普段の生活を快適に過ごせるように、講師を招き運動など日々の生活に役立ついろいろな企画を行います。(例)スマホ講座、ウォーキング基礎講座等

④脳イキキ教室（年5回）

・創作などさまざまなことに取り組み、脳の活性化を図る教室です。

⑤シニアメンズ教室（年3回、都度募集）

・さまざまな内容の教室を開催し、男性の社会参加、交流を図る教室です。正月飾り作りなどを行います。

⑥楽々クッキング教室（年4回、都度募集）

・毎回テーマを決めて、健康づくりには切っても切れない食生活について、調理実習を通じて学ぶ教室です。

⑦音楽健康教室（年5回、都度募集）

・懐かしの曲を歌ったり、演奏を聴いたりしながら音楽を使った脳トレや交流をします。

⑧富谷小学校児童クラブ世代間交流会（月1回、毎月第4金曜日 15:00～16:00）

・月1回定期的に富谷小学校児童クラブの児童と昔遊び（けん玉、お手玉、将棋、めんこ、コマ、折り紙など）などを通じて同じ時間を共有し楽しく交流します。随時、参加者募集しております。

サークルの紹介

興味があるサークルの見学も行うことができます。

①陶芸の会（毎月第2・4金曜日 9:00～12:00）

・いろいろな生活小物陶器作りを行っています。男性も多く在籍しており、楽しく活動しています。 ※粘土・釉薬代等材料代実費負担

②泥んこ会（毎月第2・4木曜日 13:30～16:30）

・仲間と楽しく、世界に1つだけのオリジナル作品作りを行っています。 ※会費月300円+粘土代300円/キ。

③染織の会（毎月第2・4火曜日 13:00～16:00）

・仲間と楽しく「草木染め」や「さをり織り」の作品を作っております。 ※材料代実費負担

④福音の会（毎月第1・3木曜日 9:30～12:00）

・福音土鈴の制作、土鈴を活用した交流事業を行っています。