

令和8年

# 丘 2月号



発行 豊ヶ丘老人福祉館 多摩市豊ヶ丘5丁目6番地 042-376-3636

老人福祉館は、多摩市在住の60才以上の方を対象とした施設です



## 昼食会&講座

2月4日（水）正午～

肉料理 野菜料理  
小鉢 味噌汁 デザート

定員20名 参加費500円

受付期間 1月9日（金）～1月29日（木）

参加費をご用意の上、ご本人がお申し込み下さい

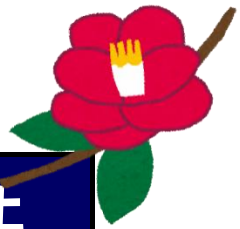
同時開催

シニアのための栄養講座  
～フレイルを予防する賢い食べ方～

今回は管理栄養士さんを講師に迎え、食事効率よく栄養をとる方法、生活習慣病予防等についてお話しいただきます。

2026年 2月

## 如月の予定



日	月	火	水	木	金	土
1 風呂休み	2	3	4 昼食会 & 講座 風呂休み	5	6	7
8 風呂休み	9	10	11 建国記念の日 風呂休み	12	13	14
15 風呂休み	16 休館日 風呂休み	17	18	19	20	21
22 風呂休み	23 天皇誕生日 風呂休み	24	25	26	27	28

お風呂は午前10時から午後3時30分までご利用いただけます。  
お休みは、日・祝日、水曜日、休館日です。  
但し、今月18日・25日（水）はご利用いただけます。



やきいも（幼児のつどいの時間内で実施）

2月4日（水）午前10時30分～午後12時  
受付期間 1月14日（水）～2月3日（火）  
当日、さつまいもをご持参ください

児童館で行います