

# 《老人福祉センターの楽しみ方 その1》 たとえば・・・「ひとりで ぶらりと」



**○開館前(準備中) 風除室は開館前でも開放**  
 風除室には前橋市や関係機関の  
 行事ポスター、当センター行事の  
 お知らせを掲示中  
 好みの行事を探すのも楽しみ方のひとつ



**また明日・・・**  
 そろそろ閉館時間  
 また明日を楽しみに



**他には・・・**  
 ビリヤード、図書コーナーで読書  
 囲碁や将棋等を楽しんだら・・・



**開館 9:30**  
 カウンターで入館手続きしたら、好みの  
 場所に向かいます。



**健康機器・機能訓練室他**  
**9:30～**  
 お風呂の準備ができるまで、2階の健康  
 機器や1階の機能訓練室で過ごします。  
 ピンシャン体操や、様々な体操で軽く汗  
 をかいたので・・・



**広間 12:00頃**  
 お風呂あがりに広間でお茶や軽食



**お風呂 11:00～**  
 体操で軽く汗をかいたので、  
 お風呂に入ってさっぱりと。