

# 瑞風園だより

令和 7 年 1 1 月号

令和7年10月25日 発行

発行者: 老人福祉センター 瑞風園  
(指定管理者: 社会福祉法人 弘前豊徳会)

弘前市大字高杉字神原93番地2

電話: 0172-95-3535

今月の開館時間

閉館時間に  
ご注意ください

午前9時～午後**6時**閉館

(日曜日は午後5時閉館)

※入浴は10時からです



## 日 程 一 覧

1	土	上映会	13:00～
2	日		
3	月	(祝日) 文化の日 健康づくり運動教室	13:00～
4	火	休館日	
5	水	カラオケ サークル	13:00～
6	木		
7	金		
8	土	トランプ サークル	13:00～
9	日		
10	月	休館日	
11	火		
12	水	卓球 サークル	13:00～
13	木		
14	金		
15	土		
16	日		
17	月	休館日	
18	火	健康づくり運動教室	13:00～
19	水	カラオケ サークル	13:00～
20	木		
21	金	出前講座	13:00～
22	土	トランプ サークル	13:00～
23	日	(祝日) 勤労感謝の日	
24	月	(祝日の振替休日)	
25	火	休館日	
26	水	卓球 サークル	13:00～
27	木		
28	金		
29	土		
30	日		

## 出前講座

「終活＝思いつづるエンディングノート」  
(家族のために、書いて残す講座)



人生を振り返り、自分に関する情報や要望・希望を分かりやすくまとめ、しっかり残しておくことで家族を助けるもの。それが「エンディングノート」です。さらに、残された人生でどのようなことをするべきなのか? 「これからの人生のあり方を考えるきっかけ」となる役割もあります。

11月21日(金) 13時～14時

場所: 瑞風園 集会室

内容: エンディングノートの必要性について紙芝居を使い丁寧に説明。実際に書いてみます。  
脳トレーニングも行います。

上映内容は館内に掲示している  
ポスターで確認をお願いします。

11月の健康づくり運動教室は

3日と18日 開催!



【瑞風園の温泉利用について】 満65歳以上の弘前市民は入浴利用が無料となります。但し『住所・年齢』が確認できる保険証や免許証等の公的機関が発行する証明書(コピー可)を窓口で提示してください。なお、証明書を提示できない場合は有料となります。