



# 6月有城荘だより

梅雨の時期は体調管理にご注意！1日の温度差が大きくなることで体温調節が難しくなり、体力を消耗しがちになります。適度な運動と十分な睡眠をとることを意識しましょう。有城荘での午後3時からのラジオ体操にご参加してみてくださいね。

## 有城荘とは

地域の60歳以上の方に健康で明るい生活を送っていただけるよう、各種の相談に応じるとともに、健康の増進や教養の向上を支援し、レクリエーションのための設備や娯楽器具等の提供を行う施設です。各種講座を開講し、各種同好会を支援し、また様々な行事も開催しています。10時から14時までお風呂も開放しています。

## こけ玉づくり

6月20日(火)

- ①10:00~11:30
- ②13:30~15:00

夏のインテリアとして人気のある”苔玉”をみんなで作ってみませんか。どなたでも簡単に作れます。愛情もって育てれば、涼しげな苔玉にきっと愛着が湧くはずですよ。午前・午後どちらかにお申し込みください。

- \*材料費 400円
- \*定員 各15名
- \*5月22日(月)から申込受付



## 3館交流

## ビリヤード大会

5月29日(月) 9:30受付(現地)  
10:00開始

西岡荘・まきび荘との交流ビリヤード大会を今年度も開催します。申込受付中！  
参加費 1,000円(昼食付き)。

\*開催場所

ビリヤードファイブチャンネル  
倉敷市宮前369-1(現地集合)  
☎ 086-427-4166

## 布ぞうりづくり

6月30日(金) 13:30~15:30  
7月 1日(土) 13:30~15:30  
(2日間で完成させます)

布ぞうりのデコボコが足裏や指を刺激して健康的！夏場の室内履きにいかがですか？  
贈り物にしても喜ばれますよ^▽^

講師 岩田 幸子 さん

- \*材料費 500円
- \*定員 15名
- \*6月 1日(木)から申込受付

## 手描友禅体験教室

6月6日(火) 10:00~15:00

Tシャツなどの布地があれば、どなたにでも友禅染めが体験できます。  
初心者歓迎！お申し込みはお早めに。

講師 一柳 いくみ 先生

- \*参加費 400円(おひとり1作品)
- \*定員 15名
- \*5月22日(月)から申込受付

# 有城荘予定表 (6月)

日	月	火	水	木	金	土
				<b>1</b> <b>3階</b> 色えんぴつ画教室 9:00~11:00 軽ス 卓球同好会 10:00~12:00 木陶 陶芸同好会B 8:30~17:00	<b>2</b> 軽ス ニューリフレッシュ 体操同好会 10:00~11:30 木陶 陶芸同好会D 9:00~17:00	<b>3</b> <b>3階</b> はじめての水彩画講座 9:30~11:30 <b>3階</b> オカリナ同好会 13:00~15:30
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

\*各室の利用を事情により変更することがあります。ご了承ください。

社会福祉法人 倉敷市総合福祉事業団  
**倉敷市有城荘**  
 TEL 429-1792 倉敷市有城710  
 FAX 428-7975 開館時間 8:30~17:15  
<http://kgwc.or.jp/aruki/> 休館日 日曜日・祝日

ホームページに遊びに来て下さいね♪

# 軽スポーツ室利用予定表 (6月)

日	月	火	水	木	金	土
				<b>1</b> 卓球同好会 10:00~12:00	<b>2</b> ニューリフレッシュ 体操同好会 10:00~11:30	<b>3</b> 
<b>4</b> 休館日	<b>5</b> 楽しいコーラス講座 13:30~16:15	<b>6</b>	<b>7</b> ヨガ同好会 9:30~11:30 カラオケ同好会 I 12:30~15:30	<b>8</b> 太極拳同好会 9:30~12:00	<b>9</b> カラオケ同好会 II 12:30~15:30	<b>10</b> すっきりいきいき 元気体操同好会 9:50~11:20
<b>11</b> 休館日	<b>12</b> ボールで楽しく 体操講座 10:00~12:15	<b>13</b> 	<b>14</b> ヨガ同好会 9:30~11:30 フラダンス同好会 13:00~15:30	<b>15</b> 卓球同好会 10:00~12:00	<b>16</b> ニューリフレッシュ 体操同好会 10:00~11:30	<b>17</b>
<b>18</b> 休館日	<b>19</b> 楽しいコーラス講座 13:30~16:15	<b>20</b>	<b>21</b> ヨガ同好会 9:30~11:30 カラオケ同好会 I 12:30~15:30	<b>22</b> 太極拳同好会 9:30~12:00	<b>23</b> オカリナ同好会 13:00~15:30	<b>24</b> すっきりいきいき 元気体操同好会 9:50~11:20
<b>25</b> 休館日	<b>26</b> ボールで楽しく 体操講座 10:00~12:15 カラオケ同好会 II 12:30~15:30	<b>27</b>	<b>28</b> ヨガ同好会 9:30~11:30 フラダンス同好会 13:00~15:30	<b>29</b>	<b>30</b> 	



ホームページに  
遊びに来て下さいね♪

社会福祉法人 倉敷市総合福祉事業団

倉敷市有城荘

TEL 429-1792

FAX 428-7975

<http://kgwc.or.jp/aruki/>

倉敷市有城 7 1 0

開館時間 8:30~17:15

休館日 日曜日・祝日