8月有城荘だより

真夏のような6月・梅雨のような7月と，今年もなかなか過ごしづらい日々でしたね。
本格的な夏を迎え，ますます体調管理が必要です。適切に冷房を使い，水分補給を忘れずに，すこやかな毎日を過ごしましょう。くらしきすこやかプラザ 有城荘でお待ちしています。

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。

ようこそ！ くらしきすこやかプラザ 有城荘へ

- ご利用時はマスク着用をお願いいたします
- 引き続き，健康チェック表の記入と検温にご協力ください
- 集会室のご利用には上履きが必要です
- 部屋使用のお申し込みは2か月前から受け付けます
- ご不明なことがあれば，いつでも職員までお尋ねください

いきいきリズム体操

8月26日（金）10:00～11:00

屋外は，何をするにも暑すぎる毎日。
でも室内は冷房で冷えがちで，体調もくずれますね。
おひさしぶりのお仲間と，楽しいリズム♪にのって，
元気にからだを動かしましょう！

＊定　員　15名
＊参加費　無　料
＊8月1日（月）から申込受付

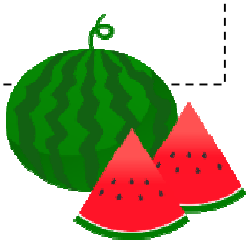
くらしき健康福祉プラザ
介護予防事業
講師 濱 田 真 希 健康運動指導士

社会福祉法人 倉敷市総合福祉事業団
倉敷市有城荘
☎429－1792
http://kgwc.or.jp/aruki/
倉敷市有城710
開館時間 9:00～17:15
休 館 日 日曜日・祝日・年末年始

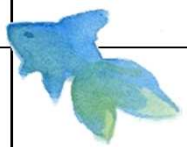
ホームページに遊びに来て下さいね♪

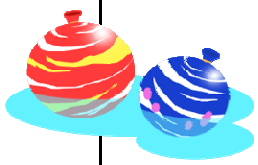
有城荘予定表（８月）

＊ 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。



日	月	火	水	木	金	土
					7/29 集会室 ブラッシュアップ体操同好会 9:30～12:00 第1 代表者会議 9:30～11:30 第1 オカリナ同好会 13:00～15:30 第2 グリーンクラブ 9:00～12:00	30
31 休館日	8/1 集会室 ボール体操同好会 10:00～12:00 集会室 楽しいコーラス講座 14:00～15:30 第1 明遊会Ｂ 9:30～11:30 第1 亀楽会 13:00～16:30 第2 手芸同好会Ｃ 9:30～11:30 第2 藤華の会 13:00～16:30	2 集会室 ふじ園教員研修 9:00～10:00 第1 手芸同好会Ｂ 9:30～11:30 第1 ＢＡＫＵ 13:00～16:30 第2 クラフトバンド同好会4 9:00～16:00	3 集会室 ヨーガ同好会 9:30～11:30 第1 のびのび書道講座 9:30～11:30 第1 色えんぴつ画同好会2 13:00～15:30 第2 カラオケ同好会Ⅰ 13:00～16:00	4 集会室 卓球同好会 10:00～12:00 集会室 関節楽らくボール運動講座 2 13:30～15:00 第1 色えんぴつ画同好会1 9:00～11:30 第1 いろの旅人 13:00～16:30 第2 陶芸同好会Ａ 9:00～16:30	5 集会室 ニューリフレッシュ体操同好会 10:00～11:30 第1 布ぞうり同好会 10:00～16:00 第2 陶芸同好会Ｂ 9:00～16:30	6 集会室 オカリナ同好会 13:00～15:30 第2 クラフトバンド同好会2 9:00～12:00
7 休館日	8 集会室 関節楽らくボール運動講座 1 10:30～12:00 第1 はじめての水彩画講座 9:30～11:30 第2 明遊会Ａ 13:30～15:30	9 第1 クロッキーの会 13:00～16:00 第2 クラフトバンド同好会1 9:00～16:00	10 第2 クラフトバンド同好会3 9:30～16:00	11 山の日 （休館日）	12 第2 グリーンクラブ 9:00～12:00 第2 カラオケ同好会Ⅱ 13:00～16:00	13 集会室 すっきりいきいき元気体操同好会 9:30～11:00 第2 民謡同好会 9:30～11:30
14 休館日	15 第1 亀楽会 13:00～16:30	16 第1 手芸同好会Ｂ 9:30～11:30 第1 ＢＡＫＵ 13:00～16:30 第2 クラフトバンド同好会4 9:00～16:00	17 集会室 ヨーガ同好会 9:30～11:30 第1 のびのび書道講座 9:30～11:30 第1 色えんぴつ画同好会2 13:00～15:30 第2 カラオケ同好会Ⅰ 13:00～16:00	18 集会室 卓球同好会 10:00～12:00 集会室 関節楽らくボール運動講座 2 13:30～15:00 第1 色えんぴつ画同好会1 9:00～11:30 第1 たんぽぽの会 13:30～15:30 第2 陶芸同好会Ａ 9:00～16:30	19 集会室 ニューリフレッシュ体操同好会 10:00～11:30 第1 いろの旅人 13:00～16:30 第2 陶芸同好会Ｂ 9:00～16:30	20 第2 クラフトバンド同好会2 9:00～12:00
21 休館日	22 集会室 関節楽らくボール運動講座 1 10:30～12:00 第1 はじめての水彩画講座 9:30～11:30 第1 明遊会Ａ 13:30～15:30 第2 手芸同好会Ｃ 9:30～11:30 第2 カラオケ同好会Ⅱ 13:00～16:00	23 第2 クラフトバンド同好会1 9:00～16:00	24 第2 クラフトバンド同好会3 9:30～16:00	25 集会室 ゆったりたいそう同好会 9:30～12:00 第1 日本画研究会 13:00～16:30 第2 陶芸同好会Ｃ 9:00～16:30	26 集会室 ブラッシュアップ体操同好会 9:30～12:00 集会室 オカリナ同好会 13:00～15:30 第1 いきいきリズム体操 10:00～11:00 第2 グリーンクラブ 9:00～12:00 第2 脳トレ部 13:00～15:00	27 集会室 すっきりいきいき元気体操同好会 9:30～11:00 第1 白壁俳句座 13:00～16:00 第2 民謡同好会 9:30～11:30
28 休館日	29 第2 明遊会Ｂ 9:30～11:30	30	31			





集会室利用予定表（８月）

日	月	火	水	木	金	土
	＊集会室の利用を，事情により変更することがあります。 ＊集会室使用後は，職員が消毒を行っています。 少々お待たせをするかもしれません。ご了承ください。				7／29 ブラッシュアップ体操同好会 9:30～12:00	30
31 休館日	8／1 ボール体操同好会 10:00～12:30 楽しいローラス講座 14:00～15:30	2 ふじ園教員研修 9:00～10:00	3 ヨーガ同好会 9:30～11:30	4 卓球同好会 10:00～12:00 関節楽らくボール運動講座 2 13:30～15:00	5 ニューリフレッシュ体操同好会 10:00～11:30	6 オカリナ同好会 13:00～15:30
7 休館日	8 関節楽らくボール運動講座 1 10:30～12:00	9	10	11 山の日 （休館日）	12	13 すっきりいきいき元気体操同好会 9:30～11:00
14 休館日	15	16	17 ヨーガ同好会 9:30～11:30	18 卓球同好会 10:00～12:00 関節楽らくボール運動講座 2 13:30～15:00	19 ニューリフレッシュ体操同好会 10:00～11:30	20
21 休館日	22 関節楽らくボール運動講座 1 10:30～12:00	23	24	25 ゆったりたいそう同好会 9:30～12:00	26 ブラッシュアップ体操同好会 9:30～12:00 オカリナ同好会 13:00～15:30	27 すっきりいきいき元気体操同好会 9:30～11:00
28 休館日	29	30	31			