

# 5月有城荘だより

いちばんさわやかな季節のはずが、寒暖差もあり体調管理に困りますね。気候や環境にあわせようと、気づかぬうちにからだがかんばるあまり、心身の不調となってしまうらしいです。ご自身が悪いのではなく、ご自身を悩ませる何かのせいではなく、そういう時季なのです。温かいものを食べて、いつもより早く寝て、のんびりすごしましょうね。

## 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。

来て見て知って

令和6年度

## くらしき すこやかプラザまつり

5月11日(土) 9:30~12:00

有城荘の皆さまの渾身の作品や演技をご堪能ください  
2階のふじ園やお向かいの倉敷児童館も、この機会にぜひ見て知って楽しんでくださいね!

詳しくはちらしをご覧ください

## クラフトバンド

## お稽古バッグ

けいこ づくり



5月29日(水)  
31日(金)  
9:30~12:00

人気のクラフトバンド、今回は少し大きめのバッグ。習い事のお道具がたくさん入ります! 両日ともご参加ください。

- \*定員 10名
- \*参加費 900円
- \*5月1日(水)から申込受付

New! スポーツ!

## スティックカーリング

5月30日(木) 10:00~12:00

どなたでも気軽に参加できるニュースポーツ、今回はスティックカーリング! 氷上のチェスといわれる「カーリング」を模した、見てもやっても楽しいゲームです。

- \*定員 20名
- \*参加費 無料
- \*5月13日(月)から申込受付

さわやか講座

## トーンチャイム講座

5月~7月 第2・4水曜日  
10:00~11:30 (全6回)

お待たせしました♪小川先生のトーンチャイム講座です。  
連続講座になりました!息を合わせて、美しいメロディーを奏でましょう!

初回

5月8日(水) 10:00~11:30

- \*定員 20名
- \*参加費 無料
- \*4月20日(土)から申込受付

社会福祉法人 倉敷市総合福祉事業団

## 倉敷市有城荘

☎086-429-1792

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

〒710-0031 倉敷市有城 710  
くらしきすこやかプラザ 1階  
開館時間 9:00~17:15  
休館日 日曜日・祝日・年末年始

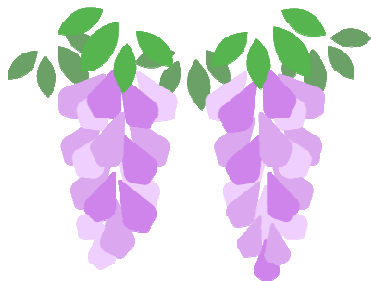


# 有城荘予定表 (5月)

日	月	火	水	木	金	土
			<b>1</b>  ヨーガ同好会 10:00~11:30  色えんぴつ画同好会2 13:00~15:30  グリーンクラブ 9:00~12:00  カラオケ同好会I 13:00~16:00	<b>2</b>  卓球同好会 10:00~12:00  色えんぴつ画同好会1 9:00~11:30  陶芸同好会A 9:30~16:30	<b>3</b> 憲法記念日 (休館日)	<b>4</b> みどりの日 (休館日)
5	6	7	8	9	10	11
<b>5</b> こどもの日 (休館日)	<b>6</b> 振替休日 (休館日)	<b>7</b>  手芸同好会B 9:30~11:30  BAKU 13:00~16:30  クラフトバンド同好会4 a 9:00~12:00  クラフトバンド同好会4 b 13:00~16:00  クラウドゴルフ講座 13:30~15:00	<b>8</b>  トーンチャイム 10:00~11:30  ピカケフラ 13:00~15:30  手芸同好会C 9:30~11:30  OK会 13:00~16:30  クラフトバンド同好会3 a 9:30~12:00  クラフトバンド同好会3 b 13:00~16:00	<b>9</b>  ゆったりたいそう同好会 9:30~12:00  いろの旅人 13:00~16:30  陶芸クラブC 9:00~16:30	<b>10</b>  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  新南水会 9:00~12:00  藤華の会 13:00~16:30  カラオケ同好会II 13:00~16:00	<b>11</b>  令和6年度 <b>くらしき</b> <b>すこやかプラザまつり</b> 9:30~12:00 午後 まつり片付け
12	13	14	15	16	17	18
<b>12</b> 休館日	 関節楽らく ボール運動講座 1 10:00~11:30  愛唱の会 13:30~16:00  はじめての水彩画講座 9:30~11:30  亀楽会 13:00~16:30  明遊会 A 13:30~16:00  キューズ同好会 9:30~11:30	<b>14</b>  フラワーアレンジ講座 10:00~11:30  クロッキーの会 13:00~16:30  クラフトバンド同好会1 a 9:00~12:00  クラフトバンド同好会1 b 13:00~16:00	<b>15</b>  ヨーガ同好会 10:00~11:30  のびのび書道講座 9:30~11:30  色えんぴつ画同好会2 13:00~15:30  グリーンクラブ 9:00~12:00  カラオケ同好会I 13:00~16:00	<b>16</b>  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  色えんぴつ画同好会1 9:00~11:30  たんぽぽの会 13:30~15:30  陶芸同好会A 9:30~16:30	<b>17</b>  ニューリフレッシュ 体操同好会 10:00~11:30  mixクラブ 13:30~15:30  陶芸同好会B 9:30~16:30	<b>18</b>  クラフトバンド同好会2 a 9:00~12:00  ひまわりの会 13:00~16:00  クラフトバンド同好会2 b 9:00~12:00  ちぎり絵教室 13:00~15:00
19	20	21	22	23	24	25
<b>19</b> 休館日	 ボール体操同好会 9:00~12:00  ニューリフレッシュ 体操同好会 13:30~15:00  手芸同好会C 9:30~11:30  亀楽会 13:00~16:30  明遊会 B 9:30~11:30  藤華の会 13:00~16:30	<b>21</b>  手芸同好会B 9:30~11:30  OK会 13:00~16:30  クラフトバンド同好会4 a 9:00~12:00  クラフトバンド同好会4 b 13:00~16:00	<b>22</b>  トーンチャイム 10:00~11:30  ピカケフラ 13:00~15:30  クラフトバンド同好会3 a 9:30~12:00  クラフトバンド同好会3 b 13:00~16:00  クラウドゴルフ講座 13:30~15:00	<b>23</b>  ゆったりたいそう同好会 9:30~12:00  いろの旅人 13:00~16:30  陶芸クラブC 9:00~16:30	<b>24</b>  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  おりがみ教室 13:30~15:00  カラオケ同好会II 13:00~16:00	<b>25</b>  すっきりいきいき 元気体操同好会 9:30~11:00  白壁俳句座 13:00~16:00  民謡同好会 9:30~11:30
26	27	28	29	30	31	
<b>26</b> 休館日	 関節楽らく ボール運動講座 1 10:00~11:30  はじめての水彩画講座 9:30~11:30  連句協会 昇 13:00~16:30  明遊会 B 9:30~11:30  明遊会 A 13:30~16:00	<b>28</b>  BAKU 13:00~16:30  クラフトバンド同好会1 a 9:00~12:00  クラフトバンド同好会1 b 13:00~16:00  キューズ同好会 9:30~11:30	<b>29</b>  お稽古バッグ 9:30~12:00	<b>30</b>  スティックカーリング 10:00~12:00	<b>31</b>  お稽古バッグ 9:30~12:00  陶芸同好会B 9:30~16:30	
* 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。						

# 集会室利用予定表（5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。 ＊講座・事業の後は、職員が片づけ・消毒等をしています。おそれいりますが、ご利用は終了までお待ちください。ご協力をお願いいたします。			1	2	3	4
			ヨーガ同好会 10:00～11:30	卓球同好会 10:00～12:00	憲法記念日 (休館日)	みどりの日 (休館日)
5	6	7	8	9	10	11
こどもの日 (休館日)	振替休日 (休館日)		トーンチャイム (準備・片付け) 9:30～12:30 ピカケフラ 13:00～15:30	ゆったりたいそう同好会 9:30～12:00	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	 9:30～12:00 (午後 片付け)
12	13	14	15	16	17	18
休館日	関節楽らく ボール運動講座 1 10:30～12:00 愛唱の会 13:30～16:00		ヨーガ同好会 10:00～11:30	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	ニューリフレッシュ 体操同好会 10:00～11:30	
19	20	21	22	23	24	25
休館日	ボール体操同好会 9:00～12:00 ニューリフレッシュ 体操同好会 13:30～15:00		トーンチャイム (準備・片付け) 9:30～12:30 ピカケフラ 13:00～15:30	ゆったりたいそう同好会 9:30～12:00	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	すっきりいきいき 元気体操同好会 9:30～11:00
26	27	28	29	30	31	
休館日	関節楽らく ボール運動講座 1 10:30～12:00			スティックカーリング 10:30～12:00		



社会福祉法人 倉敷市総合福祉事業団

倉敷市有城荘

☎086-429-1792

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

〒710-0031 倉敷市有城 710

くらしきすこやかプラザ 1階

開館時間 9:00～17:15

休館日 日曜日・祝日・年末年始

