



3月有城荘だより

たえて桜のなかりせば…河津桜の声を聞けば、山桜が遠景が白く染め、染井吉野が列島を駆けめぐる日を待ちわびています。わたしたちのちいさな心のゆらめきなどまったく気にかけることもなく、山は笑い春は忘れずにやってくるのですね。重いコートをぬいで、重い腰を上げて、一步をふみだしましょう！

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。

さわやか講座

音楽ケア体操

3月24日(月) 14:00~15:30

なつかしい歌や季節の歌をうたいながらからだを動かし、音を楽しむことでフレイルを予防しましょう♪

*定員 15名 *参加費 無料
*3月15日(土)から申込受付

New! スポーツ!

ニュースポーツ 3種目

3月1日(土) 10:00~12:00

今月も「いろいろDay」みんなで楽しみましょう!

ロビーコンサート

3月12日(水)

11:00~11:30

*申込不要です

手描友禅

3月5日(水)

9:00~12:00

*定員 10名(先着順)

*参加費 800円

*2月20日(木)から申込受付

○必ずご本人がお申し込みください

*定員 24名 *参加費 無料

*2月20日(木)から申込受付

倉敷市 生きがい対応型デイサービス事業

お申し込みは

3月8日まで

講座名	開講日時	初回開講日	定員
関節楽らくボール運動講座	第1・3木曜日 13:30~15:00	5月1日	20名
のびのび書道講座	第1・3水曜日 9:30~11:30	5月7日	15名
はじめての水彩画講座	第2・4月曜日 9:30~11:30	5月12日	15名
トーンチャイム講座	第2・4水曜日 10:00~11:30	5月14日	20名

市内在住の60歳以上で、介護保険の要支援・要介護の認定を受けていない方が対象です。

*おひとり1講座

*教材費は実費負担

*初受講者優先

*申込者多数の場合は

抽選となります

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 (3月)

日	月	火	水	木	金	土
		<p>* 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。</p>				1  ニュースポーツ種 10:00~12:00  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
2	3	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	31					
休館日  卓球同好会 10:00~12:00	 陶芸同好会A 9:30~16:30					

集会室利用予定表（3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・消毒等を行っています。
 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
 ニュースポーツ3種
 10:00～12:00

2 休館日	3 ボール体操同好会 9:00～12:00	4 	5 ヨガ同好会 10:00～11:30	6 卓球同好会 10:00～12:00	7 ニューリフレッシュ 体操同好会 10:00～11:30	8 すっきりいきいき 元気体操同好会 9:30～11:00 オカリナ同好会 13:00～15:30
9 休館日	10 代表者会議 10:00～12:00	11	12 トーンチャイム (準備・片付け) 9:00～12:30	13 ゆったりたいそう同好会 9:30～12:00	14 ブラッシュアップ 体操同好会 9:30～12:00	15
	愛唱の会 13:30～16:00			ピカケフラ 13:00～16:00		
16 休館日	17 ボール体操同好会 9:00～12:00	18	19 ヨガ同好会 10:00～11:30	20 春分の日 (休館日)	21 ニューリフレッシュ 体操同好会 10:00～11:30	22 すっきりいきいき 元気体操同好会 9:30～11:00
23 休館日	24 音楽ケア体操 (準備・片付け) 13:00～16:00	25	26 ピカケフラ 13:00～16:00	27 ゆったりたいそう同好会 9:30～12:00	28 ブラッシュアップ 体操同好会 9:30～12:00	29
					オカリナ同好会 13:00～15:30	
30 休館日	31 卓球同好会 10:00～12:00					