



# 2月有城荘だより

## 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。



**申込みはすべて 1 月 20 日からです**



講座名	定員	内容	日時	参加費
手描友禅	各10名	染めたい布を1点 持って来てください♪	2月5日(木) ①13:00 2月24日(火) ②9:30	800円
健康笑いヨガ	50名	万代京央子先生	2月7日(土) 10:00~11:00	—
お薬について	15名	薬剤師さんの出前講座	2月9日(月) 14:00~15:00	—
スカットボール	10名	当日参加もできます。	2月10日(火) 9:30~11:30	—
ボクササイズ	25名	音楽に合わせて運動♪	2月10日(火) 13:00~14:30	—
ゆったり太極拳	25名	太極拳に挑戦しましょう♪	2月12日(木) 13:00~14:30	—
フラワーアレンジ	各15名	生花を生けましょう♪	2月20日(金) ①9:30②10:45	1,300円
ハンドマッサージ	15名	自分でマッサージ♪	2月24日(火) 14:00~15:00	—
福祉用具の展示	—	すこやかプラザ1階ロビーに展示	2月25日(水) 11:00~14:00	—
スマホ講座	15名	講座用の携帯、貸出あり♪	2月26日(木) 10:30~12:00	—



**転倒予防教室** 毎週土曜日 1/17~3/28

※定員 30 名まで募集中♪

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（2月）

日	月	火	水	木	金	土
1 休館日	2 集会所 ボール体操 9:00～12:00 集会所 フラワーミュージック 13:00～16:00 第1 手芸C 9:30～11:30 第1 亀楽会 13:00～16:30 第2 明遊会B 9:00～12:00 第2 藤華の会 13:00～16:30	3 第1 手芸B 9:30～11:30 第1 BAKU 13:00～16:30 第2 クラフト4a 9:00～12:00 第2 クラフト4b 13:00～16:00 他 キューズ 9:30～11:30	4 集会所 ヨガ同好会 10:00～11:30 第1 のびのび書道 9:30～11:30 第1 色えんぴつ2 13:00～15:00 第2 グリーンクラブ 9:00～12:00 第2 カラオケ同好会Ⅰ 13:00～16:00	5 集会所 卓球同好会 10:00～12:00 集会所 関節楽らくボール運動 13:30～15:00 第1 色えんぴつ1 9:00～11:30 第1 手描友禅 13:00～15:30 第2 陶芸A 9:00～16:30	6 集会所 ニューリフレッシュ体操 10:00～11:30 第1 すみれの会 10:00～15:00 第2 陶芸B 9:00～16:30	7 集会所 健康笑いヨガ 10:00～11:00 集会所 転倒予防教室 13:45～15:15 第1 クラフト2b 9:00～12:00 第1 ひまわりの会 13:00～16:00 第2 クラフト2a 9:00～12:00
	8 集会所 愛唱の会 13:30～16:00 第1 はじめての水彩画 9:30～11:30 第1 お薬について 14:00～15:00 第2 明遊会A 13:30～16:00	10 集会所 ボクササイズ 13:00～14:30 第1 スカットボール 9:30～11:30 第1 クロッキーの会 13:00～16:30 第2 クラフト1a 9:00～12:00 第2 クラフト1b 13:00～16:00	11 休館日	12 集会所 ゆったりたいそう 9:30～12:00 集会所 ゆったり太極拳 13:00～14:30 第1 RAKU 9:00～12:00 第1 いろの旅人 13:00～16:30 第2 陶芸C 9:00～16:30	13 集会所 ブラッシュアップ体操 9:30～12:00 第1 おしゃべりクラブ 13:00～16:30 第2 読書会 9:00～12:00 第2 カラオケ同好会Ⅱ 13:00～16:00	14 集会所 すっきりいきいき元気体操 9:30～11:00 集会所 オカリナ同好会 13:00～15:30 第2 民謡同好会 9:30～11:30 第2 オレンジクラブ 13:30～16:30
	15 集会所 ボール体操 9:00～12:00 集会所 フラワーミュージック 13:00～16:00 第1 手芸C 9:30～11:30 第1 亀楽会 13:00～16:30 第2 明遊会B 9:00～12:00 第2 藤華の会 13:00～16:30	17 第1 手芸B 9:30～11:30 第1 BAKU 13:00～16:30 第2 クラフト4a 9:00～12:00 第2 クラフト4b 13:00～16:00 他 キューズ 9:30～11:30	18 集会所 ヨガ同好会 10:00～11:30 第1 のびのび書道 9:30～11:30 第1 色えんぴつ2 13:00～15:00 第2 グリーンクラブ 9:00～12:00 第2 カラオケ同好会Ⅰ 13:00～16:00	19 集会所 卓球同好会 10:00～12:00 集会所 関節楽らくボール運動 13:30～15:00 第1 色えんぴつ1 9:00～11:30 第1 たんぽぽの会 13:30～15:30 第2 陶芸A 9:00～16:30	20 集会所 ニューリフレッシュ体操 10:00～11:30 集会所 フラワーアレンジ 9:30, 10:45 第1 mixクラブ 13:30～15:30 第2 陶芸B 9:00～16:30	21 集会所 転倒予防教室 13:45～15:15 第1 クラフト2b 9:00～12:00 第1 ひまわりの会 13:00～16:00 第2 クラフト2a 9:00～12:00 第2 ちぎり絵 13:00～15:00
	22 休館日	24 第1 手描友禅 9:30～12:00 第1 ハンドマッサージ 14:00～15:00 第2 クラフト1a 9:00～12:00 第2 クラフト1b 13:00～16:00	25 集会所 トーンチャイム 10:00～11:30 集会所 ピカケフラ 13:00～16:00 第1 OK会 13:00～16:30 第2 クラフト3a 9:00～12:00 第2 クラフト3b 13:00～16:00 他 福祉用具展示 11:00～14:00	26 集会所 ゆったりたいそう 9:30～12:00 集会所 スマホ講座 10:30～12:00 第1 いろの旅人 13:00～16:30 第2 陶芸C 9:00～16:30	27 集会所 ブラッシュアップ体操 9:30～12:00 集会所 オカリナ同好会 13:00～15:30 第1 おりがみ教室 9:00～12:00 第1 おしゃべりクラブ 13:00～16:30 第2 カラオケ同好会Ⅱ 13:00～16:00	28 集会所 すっきりいきいき元気体操 9:30～11:00 集会所 転倒予防教室 13:45～15:15 第1 白壁俳句座 13:00～16:00 第2 民謡同好会 9:30～11:30 第2 オレンジクラブ 13:30～16:30



\*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（2月）

日	月	火	水	木	金	土
<b>1</b> 休館日	<b>2</b> ボール体操 9:00～12:00 フラワ-ミュージック 13:00～16:00	<b>3</b>	<b>4</b> ヨガ同好会 10:00～11:30	<b>5</b> 卓球同好会 10:00～12:00 関節楽らく ボール運動 13:30～15:00	<b>6</b> ニューリフレッシュ 体操 10:00～11:30	<b>7</b> 健康笑いヨガ 10:00～11:00 転倒予防教室 13:45～15:15
<b>8</b> 休館日	<b>9</b> 愛唱の会 13:30～16:00	<b>10</b> ボクササイズ 13:00～14:30	<b>11</b> 休館日	<b>12</b> ゆったりたいそう 同好会 9:30～12:00 ゆったり太極拳 13:00～14:30	<b>13</b> ブラッシュアップ 体操同好会 9:30～12:00	<b>14</b> 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
<b>15</b> 休館日	<b>16</b> ボール体操 9:00～12:00 フラワ-ミュージック 13:00～16:00	<b>17</b>	<b>18</b> ヨガ同好会 10:00～11:30	<b>19</b> 卓球同好会 10:00～12:00 関節楽らく ボール運動 13:30～15:00	<b>20</b> ニューリフレッシュ 体操 10:00～11:30	<b>21</b> 転倒予防教室 13:45～15:15
<b>22</b> 休館日	<b>23</b> 休館日	<b>24</b>	<b>25</b> ト-ンチャイム 10:00～11:30 ピカケフラ 13:00～16:00	<b>26</b> ゆったりたいそう 同好会 9:30～12:00	<b>27</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	<b>28</b> すっきりいきいき 元気体操同好会 9:30～11:00 転倒予防教室 13:45～15:15



\*事情により、集会室の利用を  
変更することがあります。