

3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。

倉敷市 生きがい対応型デイサービス事業 申込みは3月7日まで

有城荘：関節楽しくボール運動、のびのび書道、初めての水彩画、トーンチャイム

| 講座名 | 定員 | 内容 | 日時 | 参加費 |
|------------------------|------|--|--|------|
| カリンバ体験 | 16名 | 近藤尚哉先生 体験時は レンタルです  | Ⓐ 3月13日(金) 10:30~12:00 Ⓑ 3月23日(月) 10:30~12:00 | 300円 |
| スカットボール | 10名 | 当日参加もできます。 | 3月14日(土) 9:30~11:30 | — |
| 防災講座 | 15名 | 有城防災備蓄倉庫の見学あり | 3月14日(土) 13:00~14:00 | — |
| ボクササイズ | 25名 | 音楽に合わせて運動♪ | 3月18日(水) 13:00~14:30 | — |
| うたごえ広場 | 50名 | 近藤先生と一緒に歌いましょう | 3月23日(月) 14:00~15:30 | — |
| ボッチャ | 10名 | 当日参加もできます。 | 3月24日(火) 9:30~11:30 | — |
| お茶会 | 10名 | 茶道を楽しみましょう♪ | 3月24日(火) 13:30~14:30 | 500円 |
| クラフト お稽古バック (横型) | 各10名 | Ⓐ 3月25日(水) 9:30~12:00 Ⓑ 3月26日(木) 9:30~12:00 Ⓒ 3月30日(月) 9:30~12:00 Ⓓ 3月30日(月) 13:30~16:00 Ⓔ 3月31日(火) 9:30~12:00 | | 800円 |

有城荘講座の申込は2月20日からです。
定員になり次第、しめきりになります。

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



さわやか講座

転倒予防教室 毎週土曜日 1/17~3/28

※定員30名まで募集中♪

有城荘予定表 (3月)

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | | | | | | |
|-----------|----------------------------------|----|---------------------------------|---------------------------------|--|----|--|-----------------------------|---------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 1 休館日 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | | | | | |
| | | | | | | | 集会所 ボール体操 9:00~12:00 | 第1 手芸B 9:30~11:30 | 集会所 ヨ-ガ同好会 10:00~11:30 | 集会所 卓球同好会 10:00~12:00 | 集会所 ニューリフレッシュ体操 10:00~12:00 | 集会所 転倒予防教室 13:45~15:45 |
| | | | | | | | 集会所 フラワーミュージック 13:00~16:00 | 第1 BAKU 13:00~16:30 | 第1 のひのひ書道 9:30~11:30 | 集会所 関節楽らくボール運動 13:30~15:30 | 第1 すみれの会 10:00~15:00 | 第1 クラフト2b 9:00~12:00 |
| | | | | | | | 第1 手芸C 9:30~11:30 | 第2 クラフト4a 9:00~12:00 | 第1 色えんぴつ2 13:00~15:30 | 第1 色えんぴつ1 9:00~11:30 | 第2 陶芸B 9:00~16:30 | 第1 ひまわりの会 13:00~16:00 |
| | | | | | | | 第1 亀楽会 13:00~16:30 | 第2 クラフト4b 13:00~16:00 | 第2 グリーンクラブ 9:00~12:00 | 第2 陶芸A 9:00~16:30 | 第2 mixクラブ 13:30~15:30 | |
| | | | | | | | 第2 明遊会B 9:00~12:00 | 他 キューズ 9:30~11:30 | 第2 カラオケ同好会I 13:00~16:00 | | | |
| | | | | | | | 第2 藤華の会 13:00~16:30 | | | | | |
| 8 休館日 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | | | | | | |
| | | | | | | | 集会所 同好会代表者会議 10:00~12:00 | 第1 クッキーの会 13:00~16:30 | 集会所 ト-ンチャイム 10:00~12:00 | 集会所 ゆったりたいそう 10:00~12:00 | 集会所 ブラッシュアップ体操 9:30~12:00 | 集会所 すっきりいきいき元気体操 9:30~11:00 |
| | | | | | | | 第1 はじめての水彩画 9:30~12:00 | 第2 クラフト1a 9:00~12:00 | 集会所 ピカケフラ 13:00~16:00 | 第1 RAKU 10:00~12:00 | 第1 読書会 9:00~12:00 | 集会所 オカリナ同好会 13:00~15:30 |
| | | | | | | | 第2 明遊会A 13:30~16:00 | 第2 クラフト1b 13:00~16:00 | 第1 OK会 13:00~16:30 | 第1 いろいろ旅人 13:00~16:30 | 第1 おしゃべりクラブ 13:00~16:30 | 第1 スカットボール 9:30~11:30 |
| | | | | | | |  | | 第2 クラフト3a 9:00~12:00 | 第2 陶芸C 9:00~16:30 | 第2 カリンパ体験 10:30~12:00 | 第1 防災講座 13:00~14:00 |
| | | | | | | | | | 第2 クラフト3b 13:00~16:00 | | 第2 カラオケ同好会II 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 |
| 15 休館日 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | | | | | | |
| | | | | | | | 集会所 ボール体操 9:00~12:00 | 第1 手芸B 9:30~11:30 | 集会所 ヨ-ガ同好会 10:00~11:30 | 集会所 卓球同好会 10:00~12:00 | 休館日 | 集会所 転倒予防教室 13:45~15:45 |
| | | | | | | | 集会所 フラワーミュージック 13:00~16:00 | 第1 BAKU 13:00~16:30 | 集会所 ボクササイズ 13:00~15:00 | 集会所 関節楽らくボール運動 13:30~15:30 | | 第1 クラフト2b 9:00~12:00 |
| | | | | | | | 第1 手芸C 9:30~11:30 | 第2 クラフト4a 9:00~12:00 | 第1 のひのひ書道 9:30~11:30 | 第1 色えんぴつ1 9:00~11:30 | | 第1 ひまわりの会 13:00~16:00 |
| | | | | | | | 第1 亀楽会 13:00~16:30 | 第2 クラフト4b 13:00~16:00 | 第1 色えんぴつ2 13:00~15:30 | 第1 たんぼぼの会 13:30~15:30 | | 第2 クラフト2a 9:00~12:00 |
| | | | | | | | 第2 明遊会B 9:00~12:00 | 他 キューズ 9:30~11:30 | 第2 グリーンクラブ 9:00~12:00 | 第2 陶芸A 9:00~16:30 | | 第2 ちぎり絵 13:00~15:00 |
| | | | | | | | 第2 藤華の会 13:00~16:30 | | 第2 カラオケ同好会I 13:00~16:00 | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 22 休館日 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | | | | | | |
| | | | | | | | 集会所 うたごえ広場 14:00~16:00 | 第1 ポツチャ 9:30~11:30 | 集会所 ピカケフラ 13:00~16:00 | 集会所 ゆったりたいそう 10:00~12:00 | 集会所 ブラッシュアップ体操 9:30~12:00 | 集会所 すっきりいきいき元気体操 9:30~11:00 |
| | | | | | | | 第1 はじめての水彩画 9:30~11:30 | 第1 お茶会 13:30~14:30 | 第1 クラフトお稽古バックA 9:30~12:00 | 第1 クラフトお稽古バックB 9:30~12:00 | 集会所 オカリナ同好会 13:00~15:30 | 集会所 転倒予防教室 13:45~15:45 |
| | | | | | | | 第2 カリンパ体験 10:30~12:00 | 第2 クラフト1a 9:00~12:00 | 第1 OK会 13:00~16:30 | 第1 いろいろ旅人 13:00~16:30 | 第1 おりがみ教室 9:00~12:00 | 第1 白壁俳句座 13:00~16:00 |
| | | | | | | | 第2 明遊会A 13:30~16:00 | 第2 クラフト1b 13:00~16:00 | 第2 クラフト3a 9:00~12:00 | 第2 陶芸C 9:00~16:30 | 第1 おしゃべりクラブ 13:00~16:30 | 第2 民謡同好会 9:30~11:30 |
| | | | | | | | | | 第2 クラフト3b 13:00~16:00 | 他 福祉用具展示 11:00~14:00 | 第2 カラオケ同好会II 13:00~16:00 | 第2 mixクラブ 13:30~15:30 |
| | | | | | | | | | | | | |
| 29 休館日 | 30 | 31 | ●各室の利用は変更する場合があります。 | | | | | | | | | |
| | | | 第1 クラフトお稽古バックC 9:30~12:00 | 第1 クラフトお稽古バックE 9:30~12:00 |  | | | | | | | |
| | 第1 クラフトお稽古バックD 13:30~16:00 | | | | | | | | | | | |

集会室利用予定表（3月）

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------|--|------------------------------|---|---|--------------------------------------|---|
| 1 休館日 | 2 ボール体操 9:00~12:00 フラワーミュージック 13:00~16:00 | 3 | 4 ヨガ同好会 10:00~11:30 | 5 卓球同好会 10:00~12:00 関節楽らく ボール運動 13:30~15:30 | 6 ニューリフレッシュ 体操 10:00~12:00 | 7 転倒予防教室 13:45~15:45 |
| | 8 休館日 | 9 同好会代表者会議 10:00~12:00 | 10 | 11 トーンチャイム 10:00~12:00 ピカケフラ 13:00~16:00 | 12 ゆったりたいそう 同好会 10:00~12:00 | 13 フラッシュアップ 体操同好会 9:30~12:00 |
| 15 休館日 | 16 ボール体操 9:00~12:00 フラワーミュージック 13:00~16:00 | 17 | 18 ヨガ同好会 10:00~11:30 ボクササイズ 13:00~15:00 | 19 卓球同好会 10:00~12:00 関節楽らく ボール運動 13:30~15:30 | 20 休館日 | 21 転倒予防教室 13:45~15:45 |
| | 22 休館日 | 23 うたごえ広場 14:00~16:00 | 24 | 25 ピカケフラ 13:00~16:00 | 26 ゆったりたいそう 同好会 10:00~12:00 | 27 フラッシュアップ 体操同好会 9:30~12:00 オカリナ同好会 13:00~15:30 |
| 29 休館日 | 30 | 31 | ●各室の利用は変更する場合があります。 | | | |

