

11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。

講座名	定員	内容	日時	参加費
岡山県防災チェック	—	岡山県一斉地震対応訓練 全館に放送が流れます。	11 月 5 日（木） 10 時から約 1 分間	—
デイサービス・ ショートステイの話	１５人	健康長寿教室 帯江豊洲高齢者支援センター	11 月 5 日（木） 14:00～15:00	—
ボクササイズ	２５人	音楽やリズムに合わせ 全身エクササイズ♪	11 月 17 日（火） 13:30～15:00	
アコーディオン の集い	５０人	カトレアの会 アコーディオンの演奏で 一緒に歌いましょう♪	11 月 24 日（火） 13:30～14:30	—
クリスマスリース （白）	各 １０人	クラフトバンドで 作ります♪	Ⓐ11 月 25 日（水）9：30～ Ⓑ11 月 26 日（木）9：30～ Ⓒ11 月 27 日（金）9：30～ Ⓓ11 月 28 日（土）9：30～	200 円 当日支払
骨盤ケア体操	３０人	助産師さんと一緒に 骨盤底筋を鍛えましょう	11 月 30 日（月） 10:00～11:30	—
New！スポーツ！ ボッチャ	１０人	白い球を狙って、自分の ボールを近くに投げる♪	11 月 30 日（月） 13:30～15:30	—
花クラブ	各 １５人	正月リース　*しめきり 11 月 14 日* Ⓐ12 月 9 日（水）10:00～　Ⓑ12 月 9 日（水）11:00～		1,000 円 当日支払

倉敷市 生きがい対応型デイサービス事業

10 月～3 月開講（後期）

●関節楽らくボール運動　●トーンチャイム

※追加募集





【有城荘の講座】
申込は１０月２０日からです

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番地
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・祝日・年末年始

有城荘予定表（１１月）

日	月	火	水	木	金	土
1	2 集会室 ボール体操 9：00～12：00 集会室 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 休館日 他 キューズ 9：30～11：30	4 集会室 ヨーガ同好会 10：00～12：00 第1 のびのび書道 9：30～11：30 第1 色えんぴつ2 13：00～16：00 第2 グリーンクラブ 9：00～12：00 第2 カラオケ同好会Ⅰ 13：00～16：30 他 グラウンドゴルフ 13：30～15：00	5 集会室 卓球同好会 9：00～12：00 集会室 関節楽らくボール運動 13：30～15：30 第1 色えんぴつ1 9：00～12：00 第1 デイサービス・ショートステイ 14:00～15:00 第2 陶芸A 9：00～16：30	6 集会室 ニューリフレッシュ体操 9：00～12：00 第1 すみれの会 10：00～15：30 第2 陶芸B 9：00～16：30	7 第1 クラフト2b 9：00～12：00 第1 ひまわりの会 13：00～16：30 第2 クラフト2a 9：00～12：00 第2 藤華の会 13:00～16:30
8 休館日	9 集会室 愛唱の会 13：00～16：00 第1 はじめての水彩画 9：30～11：30 第2 明遊会A 13：00～16：30	10 第1 クロッキーの会 13：00～16：00 第2 クラフト1a 9：00～12：00 第2 クラフト1b 13：00～16：30 他 グラウンドゴルフ 13：30～15：00	11 集会室 トーンチャイム 10：00～12：00 集会室 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	12 集会室 ゆったりたいそう 10：00～12：00 第1 RAKU 9：30～12：00 第1 いろの旅人 13：00～16：30 第2 陶芸C 9：00～16：30	13 集会室 ブラッシュアップ体操 9：00～12：00 第2 カラオケ同好会Ⅱ 13：00～16：30 第1 おしゃべりクラブ 13：00～16：30	14 集会室 すっきりいきいき元気体操 9：30～11：30 集会室 オカリナ同好会 13：00～16：00 第1 マーガレット 9：00～12：00 第2 民謡同好会 9：00～12：00 第2 オレンジクラブ 13：30～16：30
15 休館日	16 集会室 ボール体操 9：00～12：00 集会室 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 他 キューズ 9：30～11：30	17 集会室 ボクササイズ 13:30～15:30 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 13：00～16：30	18 集会室 ヨーガ同好会 10：00～12：00 第1 のびのび書道 9：30～11：30 第1 色えんぴつ2 13：00～16：00 第2 グリーンクラブ 9：00～12：00 第2 カラオケ同好会Ⅰ 13：00～16：30	19 集会室 卓球同好会 9：00～12：00 集会室 関節楽らくボール運動 13：30～15：30 第1 色えんぴつ1 9：00～12：00 第1 たんぽぽの会 13：00～16：00 第2 陶芸A 9：00～16：30	20 集会室 ニューリフレッシュ体操 9:00～12：00 第1 はじめての水彩画 9：30～11：30 第1 mixクラブ 13：00～16：00 第2 陶芸B 9：00～16：30	21 集会室 すっきりいきいき元気体操 9：30～11：30 第1 クラフト2b 9：00～12：00 第1 ひまわりの会 13：00～16：30 第2 クラフト2a 9：00～12：00
22 休館日	23 休館日	24 集会室 アコーディオンの集い 13：30～15:00 第1 手芸B 9：30～11：30 第1 BAKU 13：00～16：30 第2 クラフト1a 9：00～12：00 第2 クラフト1b 13：00～16：30	25 集会室 トーンチャイム 10：00～12：00 集会室 ピカケフラ 13：00～16：00 第1 クリスマスリースA 9:30～12:00 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	26 集会室 ゆったりたいそう 10：00～12：00 第1 クリスマスリースB 9:30～12:00 第1 いろの旅人 13：00～16：30 第2 陶芸C 9：00～16：30 他 グラウンドゴルフ 13：30～15：00	27 集会室 ブラッシュアップ体操 9：00～12：00 集会室 オカリナ同好会 13：00～16：00 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 クリスマスリースC 9:30～12:00 第2 カラオケ同好会Ⅱ 13：00～16：30	28 第1 クリスマスリースD 9:30～12:00 第1 白壁俳句座 13：00～16：00 第2 マーガレット 9：00～12：00 第2 オレンジクラブ 13：30～16：30
29 休館日	30 集会室 骨盤ケア体操 10：00～12：00 第1 はじめての水彩画 9：30～11：30 第1 ボッチャ 13：30～15：30 第2 明遊会A 13：00～16：30					

●各室の利用は変更する場合があります。

集会室利用予定表（１１月）

	月	火	水	木	金	土
1	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 休館日	4 ヨーガ同好会 10：00～12：00	5 卓球同好会 9：00～12：00 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 9：00～12：00	7
8 休館日	9 愛唱の会 13：00～16：00	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 ブラッシュアップ体操同好会 9：00～12：00	14 すっきりいきいき元気体操同好会 9：30～11：30 オカリナ同好会 13：00～16：00
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 ボクササイズ 13:30～15:30	18 ヨーガ同好会 10：00～12：00	19 卓球同好会 9：00～12：00 関節楽らくボール運動 13：30～15：30	20 ニューリフレッシュ体操 9：00～12：00	21 すっきりいきいき元気体操同好会 9：30～11：30
22 休館日	23 休館日	24 アコーディオンの集い 13：30～15：00	25 トーンチャイム 10：00～12：00 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 ブラッシュアップ体操同好会 9：00～12：00 オカリナ同好会 13：00～16：00	28
29 休館日	30 骨盤ケア体操 10：00～12：00		●各室の利用は変更する場合があります。			