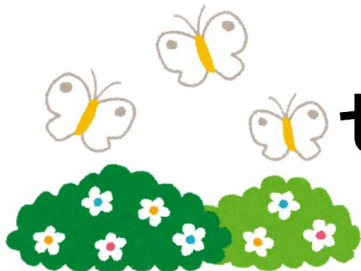


令和7年4月

# 倉敷北高齢者福祉センターだより

## 倉敷北高齢者福祉センターとは

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。



## センター主催講座受講者募集！！

お申込みは本人が窓口で（電話不可）

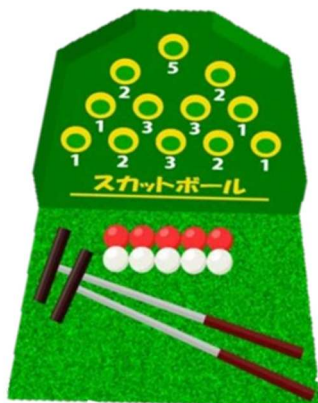


講座名	日時	定員	備考
10分体操	4月 3日（木）10:00～10:30	10名程度	DVDを見ながら体操します
笑いヨガ&認知症予防①	4月 5日（土）10:00～11:00	25名	②と同じ内容
新聞ちぎり絵	4月16日（水）10:00～11:00	15名	
笑いヨガ&認知症予防②	4月18日（金）10:00～11:00	25名	①と同じ内容
第4回ブレイン体操	4月19日（土）9:30～10:00	25名	

## スカットボール

4月8日（火）13:30～15:30

ボールをスティックで打って得点穴に入れるニュースポーツです！狙ったところに入りそうで入らない競技者も  
見ている人もハラハラドキドキ♡  
ゲーム感覚で楽しいスポーツです！  
室内で気軽に楽しみましょう♪



- ★参加無料
- ★定員8名

西岡旬会作品 三月分

十六羅漢ポーズ色々春の雨  
東屋の愚痴きき不動椿愛で  
梵鐘の響く山寺藪椿  
白髪のパーマくりくり春帽子  
漆黒の岩の雨だれ春の雨  
白梅の香り含みて蕾なり  
石段の杖たけだけし春惜しむ  
春めきて待望の雨今降り

英一 明子  
清美 十古  
一穂 敬子  
志津 章子

## 倉敷北高齢者福祉センター

電話番号 086-423-2265  
<https://kgwc.or.jp/kitakou/>

所在地：倉敷市宮前92-1  
開館時間：8:30～17:15  
休館日：日曜・祝日・年末年始

# 倉敷北高齢者福祉センター予定表



日	月	火	水	木	金	土
		<b>1</b> 会西岡句会 13:00~16:00	<b>2</b> 大カラオケ同好会 9:00~12:00 大コスモス 13:00~16:00	<b>3</b> 大講座 10プラ体操 10:00~10:30 集MSH卓球 9:00~12:00	<b>4</b> 大なかよし会 13:00~16:00	<b>5</b> 大講座 笑いヨガ&認知症予防① 10:00~11:00 大ひまわり会 13:00~16:00
<b>6</b> 休館日	<b>7</b> 大西岡 100 歳体操 10:00~11:30 大花歌会 13:00~16:00	<b>8</b> 大スポンジテニス愛好会 9:00~12:00 集西岡団地卓球クラブ 9:00~12:00 集講座 スカットボール 13:30~15:30 会同好会会議 10:00~	<b>9</b> 大前結び着付教室 9:00~12:00 集倉敷北卓球クラブ 9:00~12:00	<b>10</b> 大浜ノ茶屋千秋会 9:00~12:00 集卓友会 9:00~12:00 会コミコミマージャン 13:00~16:00	<b>11</b> 大太極拳同好会 13:00~15:30	<b>12</b> 大笑笑会 9:00~12:00 大幸和会 13:00~16:00 会JARL倉敷クラブ 13:00~16:00
<b>13</b> 休館日	<b>14</b> 大すいせん 9:00~12:00 集ピンポンクラブ 9:00~12:00	<b>15</b> 集卓球同好会 A 9:00~12:00 集卓球同好会 B 13:00~16:00	<b>16</b> 大コスモス 13:00~16:00 会講座 新聞ちぎり絵 10:00~11:00	<b>17</b> 大カラオケ同好会 9:00~12:00 集MSH卓球 9:00~12:00 会おしゃべりクラブ 9:00~12:00	<b>18</b> 大講座 笑いヨガ&認知症予防② 10:00~11:00	<b>19</b> 大講座 ブレイン体操 9:30~10:00 大ひまわり会 13:00~16:00
<b>20</b> 休館日	<b>21</b> 大西岡 100 歳体操 10:00~11:30 大花歌会 13:00~16:00 集西岡団地卓球クラブ 9:00~12:00	<b>22</b> 大前結び着付教室 13:00~16:00 集卓球同好会 A 9:00~12:00 集卓球同好会 B 13:00~16:00	<b>23</b> 大スポンジテニス愛好会 9:00~12:00 集倉敷北卓球クラブ 9:00~12:00 会倉敷中部高齢者支援センター 9:30~12:00	<b>24</b> 大すいせん 9:00~12:00 集卓友会 9:00~12:00	<b>25</b> 大太極拳同好会 13:00~15:30	<b>26</b> 大笑笑会 9:00~12:00 大なかよし会 13:00~16:00 会囲碁クラブ 13:00~16:00
<b>27</b> 休館日	<b>28</b> 会囲碁クラブ 13:00~16:00	<b>29</b> 休館日 (昭和の日)	<b>30</b> 大杏子うたごえサロン 13:30~15:30 会おしゃべりクラブ 9:00~12:00			



大大ホール
 集集会室
 会2 F 会議室
 小2 F 小会議室

講座：センター主催講座 生きデイ：倉敷市生きがい対応型デイサービス事業

※予定は変更となる場合がございます