

令和8年2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。各種講座の開講や同好会の活動支援に加え、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)



### モルック体験会

高齢者でも気軽に楽しめるニュースポーツのモルックを体験します。

【日 時】2月20日金曜日  
10:00~12:00(全1回)

【定 員】12名

【参加費】無料



### 花クラブ(2月)

アーティシャルフラワー(造花)を使ってお雛様のお花を作りましょう♪

【日 時】2月24日火曜日  
11:00~12:00(全1回)

【定 員】15名

【参加費】1,000円



### 通信カラオケを活用した音楽交流事業

## みんなで歌おう！懐かしのメロディー♪

通信カラオケを活用して  
マイクは使用せず全員で歌います

2月5日(木)10:00~11:30

参加無料・お申込み不要

※室内用シューズをご持参ください



西岡句会作品 一月分

水仙のりりしき姿日に向かふ

章子

初日の出波平らなるショータイム

清美

托鉢の像の胸元注連飾

十古

久々の雀の声や注連飾  
初詣善男善女ばかりかな

英一郎

初句会一朶の雲もなき御空  
初詣師を訪ぶごとく虫塚を

一穂



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



QRコードからホームページをご覧いただけます

# 倉敷北高齢者福祉センター予定表

2月

日	月	火	水	木	金	土
1 休館日	2 大西岡 100歳体操 10:00~12:00 大生きデイ スッキリ健康体操 13:30~15:00 集西岡団地卓球クラブ 9:00~12:00	3 大スポンジテニス愛好会 9:00~12:00 大生きデイ 健康づくり体操 13:30~15:00 会西岡句会 13:00~16:00	4 大カラオケ同好会 9:00~12:00	5 大講座 みんなで歌おう! 懐かしのメロディー♪ 10:00~11:30 大講座 ゆるらくエクササイズ 13:00~14:00 集卓くん 9:00~12:00 会レガッタ 9:00~12:00	6 大マスカット 13:00~16:00 集TTクラブ 9:00~12:00 会講座 ペン習字講座 10:00~12:00	7 大笑笑会 9:00~12:00 大ひまわり会 13:00~16:00 会講座 手編み講座 10:00~12:00
8 休館日	9 大すいせん 9:00~12:00	10 大生きデイ リラックスヨガ 14:00~15:30 集講座 絵手紙講座 9:30~11:00 集前結び着付教室 13:00~16:00	11 休館日 (建国記念の日)	12 大MIKIサークル 10:00~12:00 大コスモス 13:00~16:00 集卓友会 9:00~12:00 集おしゃべりクラブ 13:00~16:00 会コミコミマージャン 13:00~16:00	13 大講座 健康ヨーガ 10:00~11:30 大花歌会 13:00~16:00	14 大浜ノ茶屋千秋会 9:00~12:00 大幸和会 13:00~16:00 集MK 13:00~16:00 会JARL倉敷クラブ 13:00~16:00
15 休館日	16 大西岡 100歳体操 10:00~12:00 集ピンポンクラブ 9:00~12:00	17 大生きデイ 健康づくり体操 13:30~15:00 集卓球同好会A 9:00~12:00 集卓球同好会B 13:00~16:00	18 大スポンジテニス愛好会 9:00~12:00 大マスカット 13:00~16:00 集倉敷北卓球クラブ 9:00~12:00 会講座 新聞ちぎり絵 10:00~12:00	19 大カラオケ同好会 9:00~12:00 大コスモス 13:00~16:00 集卓くん 9:00~12:00 集おしゃべりクラブ 13:00~16:00 会レガッタ 9:00~12:00	20 大生きデイ 活き活きエアロビクス 14:30~15:30 集TTクラブ 13:00~16:00 集講座 ニュースポーツ モルック体験会 10:00~12:00 会講座 ペン習字講座 10:00~12:00	21 大ひまわり会 13:00~16:00
22 休館日	23 休館日 (天皇誕生日)	24 大生きデイ リラックスヨガ 14:00~15:30 集卓球同好会A 9:00~12:00 集卓球同好会B 13:00~16:00 会花クラブ(2月) 11:00~12:00	25 大杏子うたごえサロン 13:30~15:30 集倉敷北卓球クラブ 9:00~12:00	26 大すいせん 9:00~12:00 集卓友会 9:00~12:00 集前結び着付教室 13:00~16:00	27 大講座 健康ヨーガ 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 会園墓クラブ 13:00~16:00	28 大笑笑会 13:00~16:00 集MK 13:00~16:00

大ホール 集集会室 会2F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

