

令和8年7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)



講座名	日時	定員	参加費
健康講座～心不全について～	7月22日(水)10:00～10:30	16名	無料
ニュースポーツ「モルック」体験会	7月24日(金)10:00～12:00	12名	無料
花クラブ(7月) 観葉植物のカラーサンドアート	7月28日(火)11:00～12:00	15名	1,000円
【寿】手編み講座	毎月 第1・3土曜日10:00～12:00[全10回] 開講日:9月5日(土)	20名	無料

みんなで歌おう!懐かしのメロディ♪

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

7月3日(金)10:00～11:15

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 六月分

颱風裡パトカー三台通り過ぐ
明子

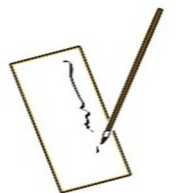
毘沙門天緑の雨に緑めく
一穂

緑蔭やレインコートの人立ちて
十古

毘沙門天を仰ぐ参道通し鴨
清美

新茶の香至福のひと時あさぼらけ
敬子

駅舎中五羽の子燕鳴き叫ぶ
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



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

日	月	火	水	木	金	土
			1 大カラオケ同好会 9:00~12:00 大カトレア会 13:00~16:00 会かな書道 9:30~11:30	2 大すいせん 13:00~16:00 集卓くん 9:00~12:00	3 大講座 みんなで歌おう！ 懐かしのメロディ♪ 10:00~11:15 大講座 ゆるらくエクササイズ 14:30~15:30 集西岡団地卓球クラブ 9:00~12:00	4 大笑笑会 9:00~12:00 大ひまわり会 13:00~16:00
5 休館日	6 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	7 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 集おしゃべりクラブ 13:00~16:00 会同好会代表者会議 10:00~11:00 会西岡句会 13:00~16:00	8 大生きデイ 初めての太極拳 13:30~15:00 集倉敷北卓球クラブ 9:00~12:00	9 大前結び着付教室 9:00~12:00 大講座 転倒予防教室 13:45~15:15 集卓友会 9:00~12:00 会コミコミマージャン 13:00~16:00	10 大マスカット 13:00~16:00 集ITクラブ 13:00~16:00	11 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
12 休館日	13 大西岡 100 歳体操 10:00~12:00 大コスモス 13:00~16:00 集ピンポンクラブ 9:00~12:00	14 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 集倉敷中部高齢者支援センター 13:30~16:00	15 大スポンジテニス愛好会 9:00~12:00 大講座 ボクササイズ 13:30~15:00 集倉敷中部高齢者支援センター 9:30~11:30 集カトレア会 13:00~16:00 会かな書道 9:30~11:30	16 大カラオケ同好会 9:00~12:00 大講座 転倒予防教室 13:45~15:15 集卓くん 9:00~12:00	17 大生きデイ 活き活きエアロビクス 14:30~15:30 集たけうち卓球サロン 13:00~16:00	18 大笑笑会 9:00~12:00 大ひまわり会 13:00~16:00
19 休館日	20 休館日 (海の日)	21 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	22 大前結び着付教室 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 集ピンポン班 13:30~16:00 会講座 健康講座 10:00~10:30	23 大ヨガグループ 10:00~11:30 大講座 転倒予防教室 13:45~15:15 集卓友会 9:00~12:00	24 大講座 モルック体験会 10:00~12:00 大花歌会 13:00~16:00 集ITクラブ 13:00~16:00 会ちぎり絵の会 10:00~12:00	25 大すいせん 13:00~16:00 集西岡団地卓球クラブ 9:00~12:00 集MK 13:00~16:00 会囲碁クラブ 13:00~16:00
26 休館日	27 大コスモス 13:00~16:00	28 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 会講座 花クラブ (7月) 11:00~12:00	29 大杏子うたごえサロン 13:30~15:30 集おしゃべりクラブ 13:00~16:00	30 大ヨガグループ 10:00~11:30 大講座 転倒予防教室 13:45~15:15	31 大花歌会 13:00~16:00 会囲碁クラブ 13:00~16:00	

大大ホール 集集会室 会2F会議室 ※予定は変更となる場合がございます
 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

