

3月 西岡荘だより

西岡荘とは

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。10時半から14時半までお風呂（ジャグジー付）を無料で利用できます。

【生きがい対応型デイサービス事業申込受付中】

3月5日締切

- スッキリ健康体操 定員30名
4/3～ 毎月第1・3・5金曜日
10時～11時半 全10回
- 初めての太極拳 定員25名
4/3～ 毎月第1・3・5金曜日
13時半～15時 全10回
- リラックスヨガ 定員15名
4/14～ 毎月第2・4火曜日
14時～15時半 全10回
- 健康づくり体操 定員30名
4/7～ 毎月1・3・5火曜日
13時半～15時 全10回

血流測定を

体験しませんか

血流の簡易測定から血管年齢を知ること、日々の生活習慣を考えることができます。

- 日時 令和2年3月14日
午前10時～午後3時
- 場所 西岡荘 医務室
- 申込 当日
(事前申込み不要)
- 定員 50人程度
- その他 検査前に測定シートに氏名を記入します。

【消防訓練】

日時 3月16日(月) 12時半～12時45分

避難誘導訓練を実施しますので、皆様も、ご参加よろしくお願ひします。

『西岡句会』

～西岡荘を利用している句会さんの作品です(2月作品)～

- | | | | |
|-----------------|-----|-----------------|-----|
| ・梅ヶ香と我が息同化してゆきぬ | 静 恵 | ・信心の百段を掃く暖かし | 章 子 |
| ・湖の綺羅春禽の声跳ねる寺 | 明 子 | ・二ヶ月は涙と笑みの句会かな | 和 子 |
| ・立春とうべなふ今朝の青き空 | 英一郎 | ・寺の像なべておだやか春立てり | 久美子 |
| ・早梅の白に清しき人と立つ | 由美子 | | |

倉敷市西岡荘 〒710-0005 倉敷市西岡1824-2

TEL 086-423-2265 開館時間 8:30～17:15

FAX 086-423-2265 休館日 日曜・祝日・年末年始

ホームページ

[倉敷市西岡荘検索](#) 🔍

3月行事予定表

日	月	火	水	木	金	土			
1 休館	2 大 楽々元気体操 10:00~11:30 大 スッキリ健康体操 13:30~15:00 中 五美会 9:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	3 大 あじさい 9:30~12:00 中 心を伝える絵手紙 9:30~11:00 中 卓球同好会 13:00~16:00 茶 西岡句会 12:00~15:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	4 大 カラオケ同好会 9:30~16:00 中 卓友会 9:00~12:00 中 卓球(開放日) 13:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	5 大 カラオケ同好会 9:30~16:00 中 卓球(開放日) 9:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	6 大 活き活きエアロビクス 14:30~15:30 中 卓球同好会 9:00~12:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	7 大 なかよし会 10:00~16:00 茶 JARL 倉敷クラブ 9:00~17:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00			
	8 休館	9 大 杏子の会 13:00~16:00 中 五美会 9:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	10 大 華謡会 9:30~12:00 中 高齢者音楽体操 10:00~11:30 中 卓球同好会 13:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	11 大 カラオケ同好会 9:30~16:00 中 卓友会 9:00~12:00 中 卓球(開放日) 13:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	12 大 カラオケ同好会 9:30~16:00 中 卓球(開放日) 9:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	13 大 脳活倶楽部 10:00~11:15 大 太極拳同好会 13:30~15:00 中 卓球同好会 9:00~12:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	14 医 血流測定 10:00~15:00 大 幸和会 11:00~14:00 中 なかよし会 10:00~16:00 茶 JARL 倉敷クラブ 9:00~17:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00		
		15 休館	16 大 楽々元気体操 10:00~11:30 大 スッキリ健康体操 13:30~15:00 中 五美会 9:00~16:00 消防訓練 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	17 大 着付け講座 10:00~12:00 中 卓球同好会 13:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	18 大 カラオケ同好会 9:30~16:00 中 卓友会 9:00~12:00 中 卓球(開放日) 13:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	19 大 カラオケ同好会 9:30~16:00 中 卓球(開放日) 9:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	20 休館	21 大 なかよし会 10:00~16:00 中 編物サークル 10:00~16:00 茶 JARL 倉敷クラブ 9:00~17:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	
			22 休館	23 大 五美会 9:00~16:00 中 演芸大会実行委 9:30~10:30 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	24 中 高齢者音楽体操 10:00~11:30 中 卓球同好会 13:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	25 大 カラオケ同好会 9:30~16:00 中 卓友会 9:00~12:00 中 卓球(開放日) 13:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	26 大 カラオケ同好会 9:30~16:00 中 卓球(開放日) 9:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	27 大 脳活倶楽部 10:00~11:15 大 太極拳同好会 13:30~15:00 中 卓球同好会 9:00~12:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	28 大 杏子の会 13:00~16:00 中 なかよし会 10:00~16:00 藤 仁科G 9:00~14:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00
				29 休館	30 大 スッキリ健康体操 13:30~15:00 中 五美会 9:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	31 中 卓球同好会 13:00~16:00 娛 西岡荘囲碁クラブ 13:00~16:00	この予定表は、2月20日に作成しました。 変更になることがありますのでご了承ください。		