

けやき荘だより9月号

InBody 測定と健康運動教室【初級】 全5回

日 時 10/7、14、21、28、11/4 の火曜日
初回、最終回…午前10時30分～正午 2～4回…午前10時30分～11時30分

定 員 20人 **参加費** 200円(初回時に集めます)

内 容 InBody(体成分分析装置)を使い、筋肉量や基礎代謝などを測定し
衰えている部位を効率的に鍛えます。

持ち物 室内運動靴、タオル、飲み物

申込み ※電話不可 ※応募多数の場合は抽選
9月17日(水)～24日(水)の開館時間内に本人がけやき荘へ



カラオケでゾロ目にチャレンジ!

9月12日(金) 午前、午後各20人
【抽選】午前9時50～、午後0時50分

懐かしの映画鑑賞会

9月24日(水)午後1時～
「或る夜の出来事」(1934年モノクロ吹替え)

申込み不要

けやきコンサート

【ふれあいデー】につき、市内に住所を有する方は、
どなたでもご参加いただけます

申込み不要

『藤本梅之丞社中による三味線演奏』&『歌の広場「ペルテ」による合唱』
9月27日(土)午後1時～2時30分
教養娯楽室(大広間)にて開催



ふれあいデー 9月7日(日)、13日(土)、21日(日)、27日(土)

申込み不要

テレビでの映画上映は、13日午後1時より「ローマの休日」を予定しています。



けやき元気体操教室

8月26日(火)、9月9日(火)、30日(火)午後2時40分～3時
※9月は、第2・第5火曜日となります※

申込み不要

■移動図書館

9月11日(木)、25日(木)
午後2時30分～3時

ラウンドフィットネス

《初回講習会》

8月	19日(火)
9月	9日(火)、13日(土) 16日(火)、30日(火)

《ステップワーク講習会》

8月26日(火)

【申込み】けやき荘へ直接または
電話で予約

【時間】どちらも13:30～14:30

■就労訓練販売予定

1日(月)11:45～12:30 ポンボンベーカリー(菓子パン)
17日(水)10:45～11:45 Café にじさんぽ(せんべい他)
18日(木)11:00～11:45 しらこぼと(パン、クッキー他)
24日(水)11:00～14:00 サニースポット新越谷(コーヒー他)

●カラオケが利用できない日●

8日(月)、22日(月)、24日(水)、
27日(土)、29日(月)

午後