

# ゆりのき荘だより 2月号

問い合わせ先 老人福祉センターゆりのき荘 ☎992-6601 令和8年1月15日発行



## ◆ふれあいデー◆2月21日(土)

市内に住所を有する方はどなたでも無料で利用いただけます



### ◆ゆりのきふれあい体操◆

さまざまな道具を使った健康体操

時 間 10:00~11:00  
場 所 多目的ホール

### ◆ロビーコンサート◆

ラ・カハリストによるフラメンコ

時 間 12:00~13:00  
場 所 1階ロビー

### ◆終活セミナー◆

遺産分割・相続手続き・遺言の方法を学ぶ

日 時 2月1日(日) 13:00~15:30

対象者 市内に住所を有する60歳以上の方

定 員 20人(先着順)

申込み 1月16日(金)~25日(日)本人がゆりのき荘窓口へ(代理・電話不可)

場 所 多目的ホール

### ◆ゆりのきシネマディ◆

「郵便配達は二度ベルを鳴らす」

日 時 2月19日(木) 10:00~12:00

対象者 市内に住所を有する60歳以上の方

場 所 多目的ホール

●1930年代のロサンゼルスを舞台に暗うつな時代に生きる男と女の情欲を描いた作品

### ◆ちょこっと健康体操◆

座ってできる簡単な体操

日 時 2月8日(日)・22日(日)  
11:00~11:30

対象者 市内に住所を有する60歳以上の方

場 所 2F教養娯楽室

### ◆リハビリなんでも相談◆

理学療法士による腰痛・腰痛予防、  
リハビリに関する相談

日 時 2月12日(木) 9:30~11:00

対象者 市内に住所を有する60歳以上の方 8人

場 所 2F研修室

### ◆知っておこう！

### 成年後見制度！ミニ講座＆相談会◆



日 時 2月19日(木) 11:00~12:00

●第1部 成年後見ミニ講座(11:00~11:30)

●第2部 職員による相談会(11:30~12:00)

\*先着4組、1組15分

対象者 市内在住の成年後見制度に関心のある方  
10人(先着順)

場 所 2F研修室

問合せ 成年後見センターこしがや

電 話 (966)2281

### ◆ラウンドフィットネス◆

#### ◆初回講習会◆

日 時 2月13日(金) 21日(土)

13:30~14:30

定 員 5人\*予約制ですので事前にゆりのき荘  
へ(電話可)

#### ◆ステップワーク講習会◆

インストラクターがラウンドフィットネスをすでに  
利用されている方に向け、ステップアップワーク  
の正しいフォームの学び直しや、より負荷をかけて  
フォームを指導する講習会です

日 時 2月27日(金) 13:30~14:30

対象者 初回講習会を終了した方 5人

費 用 200円\*市内に住所を有する60歳未満方  
市外の方は別途施設使用料がかかります

申込み 開催月の1日から申込み可(ゆりのき荘へ  
直接または電話で予約)