

けやき荘だより3月号

楽しく歩くためのやさしいウォーキング教室

日 時 3月19日(木)
10:30~12:00
定 員 25人
場 所 教養娯楽室、屋外
参加費 無 料
申込み 3月5日(木)から
電話可、申込み順

講 師 介護予防運動指導員 合津 隼人さん



その他 室内で足の運び方や体重移動を練習

※素足になるので、ぬぎやすい靴下で。

その後、県民健康福祉村へ行って

ウォーキングをする予定です。



※はきなれた運動靴できてください。

交通防犯講座

内 容 埼玉県警察本部「ふれあい」による講話
道路交通法改正について、など
日 時 2月27日(金)
10:00~11:00
定 員 20人程度
参加費 無料

申込み不要



カラオケでゾロ目チャレンジ！

3月11日(水) 9:50~15:00

ふれあいデー

1日(日)、7日(土)、
15日(日)、21日(土)、29日(日)
この日は、年令を問わず、市内に住所を有する方は
どなたでも無料でご利用になれます。

申込み不要

■移動図書館 《第2・4木曜日》

3月12日、26日 14:30~15:00

申込み不要

認知症予防講座

内 容 認知症の理解を深め予防方法や
体操などを学びます
日 時 3月24日(火)
13:30~14:30
定 員 25人 参加費 無料
申込み 3月10日(火)から、開館時間内に本人が
けやき荘へ(電話可、申込み順)



懐かしの映画鑑賞会

「名犬ラッシー家路」(1943年)

3月19日(木)13:00~
(カラー・字幕)



申込み不要

けやき元気体操教室

2月24日(火)、3月10日(火)、24日(火)
14:40~15:00

ラウンドフィットネス

【電話受付時間】9:00~16:00

《初回講習会》

【時 間】13:30~14:30

2月	17日(火)
3月	7日(土)、10日(火) 17日(火)

【申込み】けやき荘へ直接または
電話で予約

■就労訓練販売予定

9日(月)11:45~12:30 ボンボンベーカリー(パン)

18日(水)11:00~14:00 サニースポット新越谷(コーヒー他)

19日(木)11:00~11:45 しらこばと(パン、クッキー他)



●3月 カラオケが利用できない日●

終 日	午 後
19日(木)	12日(木)、24日(火)