

くすのき荘だより 号

第1回 スマホお悩み相談会

頼れるボランティアさん、スマホマイスターにご相談ください！

日時 4/23(木) 10:00~12:00

場所 2階 会議室

対象 市内に住所を有する60歳以上の方

参加費 無料 **講師** スマートフォンマイスター

持ち物 お使いのスマートフォン、飲み物、室内履き

申込方法 当日9:50から会議室前にて受付を行います。



※ボランティアによる相談会のため、解決に
いたらない場合もございます。

漫画家に教わる！白黒アート教室

絵が苦手な方でも大丈夫！色紙と布バッグにデザインします。

日時 5/22、29(金) 10:00~11:30

<全2回> **場所** 2階 会議室

対象 市内に住所を有する60歳以上の方、10人

参加費 500円 ※初日に集金

講師 てしば まさみ 氏

持ち物 筆記用具、消しゴム、汚れてもいい服装

申込方法 5/8(金)~19(火)の開館時間内に

本人がくすのき荘へ(申込み順、電話可)



第1回 体力づくり講習会

コースごとに強度の異なるヨガを行い、体力向上・筋力維持を目指します。

日時 【Aコース】 5/11、18、25 毎週月曜日<全3回>

10:00~11:30 ……いすで支えながらのヨガ

【Bコース】 5/18、25、6/1 毎週月曜日<全3回>

13:00~14:30 ……基本のヨガ

対象 市内に住所を有する60歳以上の方 **定員** 各コース25人

場所 3階 多目的ホール **参加費** 無料 **講師** ヨガインストラクター

持ち物 ヨガマット(必須)、運動しやすい服装、スポーツタオル、フタつきの飲み物

申込方法 4/22(水)~28(火)の開館時間内に本人がくすのき荘へ(申込み順、電話不可)

※4/23(木)以降、定員に満たない場合は、電話受付可



リハビリなんでも相談

5/15(金)9:30~11:00

【場所】 2階 会議室

【定員】 8人

※先着順

※予約制ではありません。



移動図書館しらこぼと号

4/8、22(水) 13:55~14:20

くすのき荘北側駐車場に移動図書館が
来ます。どうぞご利用ください。

※4月より移動図書館の日時が変わりました。

第2・3木 14:00~→第2・4水 13:55~



就労訓練実施販売

① 4/6(月) 11:45~12:30

ボンボンベーカリー(パン)

② 4/16(木) 11:00~14:00

サニースポット新越谷(コーヒー豆・粉)

③ 4/23(木) 11:00~11:45

しらこぼと(パン・クッキー等)



4月のふれあいデーについて

4/12、26(日) 9:30~16:00

上記の日程は、市内に住所を有する方
ならどなたでもご利用いただけます。

映画上映

【4/12】「青い山脈」 10:10~13:13

【4/26】「一人息子」 10:10~11:37

※上映タイトルは変更になる場合がございます。

卓球

9:30~12:00 (3階 多目的ホール)

