

ゆりのき荘だより

問合せ先 老人福祉センターゆりのき荘 ☎048-992-6601


5月号
令和8年4月15日発行

【前期ゆりのきスクール】


教室名	定員	日程	時間	場所	費用
竹ふみ足つぼ セルフケア講座	10人	5/27、6/3、10、17、24 水曜日(全5回)	13:30~ 15:00	2階 研修室	無料 
ペン字教室	10人	5/29、6/5、12、19、26 金曜日(全5回)	13:00~ 15:00	2階 研修室	無料 
パッチワーク教室 (2WAYバッグ)	10人	5/30、6/6、13、20、27 土曜日(全5回)	13:00~ 15:00	2階 研修室	2,500円 (材料費) 

対象者 市内に住所を有する60歳以上の方

申込み **5月8日(金)~22日(金)**9:30~16:00 までに

本人が費用を添えてゆりのき荘へ(代理&電話不可・申込み順)

InBody 測定&運動教室(第1期)

日時 5/22~7/24日の毎週金曜日
(全10回) 

第1・10回 10:00~11:30(測定・運動)

第2~9回 10:00~11:00

場所 多目的ホール

対象者 市内に住所を有する60歳以上の方

定員 25人

費用 200円

持ち物 室内運動靴、汗拭きタオル、飲み物

申込み **5/8(金)~13(水)**

9:30~16:00までに本人がゆりのき荘へ(電話不可)

*応募多数の場合は抽選

シセイカルテ&運動教室(第1期)

日時 6/6~7/18の毎週土曜日
(全7回)

第1・7回 13:30~15:00(測定・運動)

第2~6回 13:30~14:30

場所 多目的ホール

対象者 市内に住所を有する60歳以上の方

定員 20人

費用 200円

持ち物 室内運動靴、汗拭きタオル、飲み物

申込み **5/20(水)~27(水)**

9:30~16:00までに本人がゆりのき荘へ(電話不可)

*応募多数の場合は抽選

ふれあいデー 5月16日(土)

市内に住所を有する方は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 

スマートフォンなんでも相談

*ボランティアによる相談会のため解決
に至らない場合もあります。

時間 10:00~12:00

場所 2階研修室 

卓球

1組 15分の交代制

時間 9:30~15:45

場所 1階ロビー

ちょこつと健康体操

座ってできる簡単な体操

日時 5/10(日)・24(日)

11:45~12:15

対象者 市内に住所を有する60歳以上の方

場所 教養娯楽室

リハビリ何でも相談

理学療法士・作業療法士が膝や足腰等のお悩みに相談を受けます。

日時 5/14(木) 9:30~11:00

対象者 市内に住所を有する60歳以上の方

場所 2階研修室 定員 先着8人