

ゆりのき荘だより 8月 号

リズム体操教室

音楽のリズムにあわせて楽しく運動

日 時 9月18日～10月16日

毎週金曜日(全5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*応募多数の場合は抽選

申込み 8月27日(木)～9月3日(木)

9:30～16:00まで本人がゆりのき荘
へ(電話不可)

持ち物 室内運動靴・汗拭きタオル・飲み物

ちょこっと健康体操

座ってできる簡単な体操

日 時 8月9日(日)・23日(日)

11:45～12:15

場 所 教養娛樂室

対象者 市内に住所を有する60歳以上の方

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うけます

日 時 8月13日(木) 9:30～11:00

場 所 2階研修室

定 員 8人(先着)

ふれあいデー 8月15日(土)

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。

ゆりのきふれあい体操

道具を使った健康体操

時 間 10:00～11:00

場 所 多目的ホール



スマートフォン何でも相談

*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



ゆりのき紅白歌歌合戦応援のお願い

紅白に分かれたチームのカラオケ機器で出した点数の合計を競います♪
参加者の皆様への応援をお願いします。

紅

白

日 時 8月2日(日) 9:50～15:00

場 所 2階教養娛樂室

紅

白

一部ご利用になれない日

浴 室 9月1日(火)～16日(金)終日 *温水供給停止および定期清掃の為

教養娛樂室 9月3日(木)・4日(金)終日 *越谷市老人クラブ連合素人演芸大会の為