

くすのき荘だより



11月号

第3期 からだスッキリ! くすのき体操

体幹を鍛えて、からだを整える体操を行います。



日時 12/1、8、15、22(火) 10:00~11:30 <全4回>

場所 3階 教養娯楽室(大広間)

対象 市内に住所を有する60歳以上の方 **定員** 40人 **参加費** 無料

持ち物 ヨガマット(必須)、運動しやすい服装、汗拭きタオル、フタつきの飲み物

申込方法 11/19(木)~25(水)の開館時間内に本人がくすのき荘へ(電話不可、申込み順)

※11/20(金)以降、定員に満たない場合は、電話受付可

※午前中の教養娯楽室のご利用(カラオケ含む)は中止とさせていただきます。



くすのき祭



くすのき荘で活動しているクラブが日頃の練習の成果を発表します。
詳細は、くすのき祭のポスターまたはチラシをご覧ください。

日時 10/29(木)~31(土) 9:30~16:00

※最終日は14:00まで

対象 市内にお住まいの方ならどなたでも

※期間中カラオケは中止します。



リハビリなんでも相談

11/20(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。



ふれあいクラブ体験

一緒にハーモニカを演奏しませんか? クラブ員も募集中!

日時 11/22(日) 12:00~13:10

クラブ フレッシュハーモニー(ハーモニカ)

場所 2階 会議室 ※申込み不要

持ち物 21穴ハーモニカ

※ハーモニカをお持ちでない方、演奏の見学のみも大歓迎です。



就労訓練実施販売

- ① 11/6(金) 10:00~13:20
エバプラ越谷(野菜・ハーブ・アロマプレー他)
- ② 11/24(火) 11:00~13:30
CACAO WORKS(チョコレート)
- ③ 11/26(木) 11:00~11:45
しらこぼと(パン・クッキー・野菜他)



11月のふれあいデーについて

11/8、22(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

【11/8】 10:10~11:41

【11/22】 10:10~11:40

※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)

