

青木たたら荘だより 令和6年 4月号

・4月分の講座予約 随時受付中!!

受付時間：9：00～16：00

☎ 電話：048-255-2620

※各お問い合わせは上記まで



川口市老人福祉センター青木たたら荘

川口市青木3-3-1

指定管理者：社会福祉法人川口市社会福祉協議会

桃の花から桜の花へ一段と華やかな季節になりました。

新しい何かを始めてみませんか。

青木たたら荘は今日も皆様のお越しをお待ちしております。



ホームページができました!

携帯電話(スマートフォン)から

読み取ってください。 →



※施設にはお風呂がありません。

予約が必

講座名(定員)	実施日	時間	参加費	内容
ポッチャ(24名)(予約は月2回まで)	4日(木)9日(火)18日(木)23日(火)	10:00~11:30	100円	3人で1チームになり、ボールを優しく投げて的のボールに近づけるゲームです。
やさしいイスヨガ(15名)	5日(金)26日(金)	14:00~15:00	500円	心が落ち着く音楽と共にヨガの世界へ行ってみましょう。お帰りはスッキリ爽快。
フラダンス(20名)	6日(土)13日(土)	10:30~12:00	1,000円	未経験の方、経験ありの方、1度お越しになりませんか。優雅に踊りましょう♪
音楽をたのしもう(20名)	11日(木)	10:00~11:00	500円	講師によるフルート、ギターなどの生演奏と共に歌ったり体を動かしたりします。
編み物教室(8名)	19日(金)	13:30~15:00	500円	毛糸でミニ鯉のぼりを作ります。
生け花教室(13名)	20日(土)	10:00~11:30	1,400円	創流から約130年の小原流。お花を活けて季節の移ろいを感じましょう。
ナツメロ生演奏(30名)	24日(水)	14:00~15:00	100円	懐かしい曲を生演奏で♪若かりしあの頃にタイムスリップ!スリッパか上履き忘れずに
兜づくり(15名)	25日(木)	10:00~11:40	500円	ミニ兜を作りましょう。
卓球(各回 最大6名×2台)	裏面の予定表をご確認ください	4部制	無料	午前 9:30~10:30 10:45~11:45
カラオケ(各回 最大6名まで)	裏面の予定表をご確認ください	4部制	無料	午後 13:30~14:30 14:45~15:45

キャンセルは必ずご連絡ください

カラオケ以外のご利用は上履きをお持ちください

※下記講座 定員が増えました	実施日	時間	参加費	内容
元氣アップ体操(45名)	12日(金)19日(金)26日(金)	10:00~11:00	100円	お歌を歌い体操をして気持ちよく身体を動かしましょう。(※タオルをご持参ください)
血液循環ロコモ体操(35名)	16日(火)	10:00~11:00	100円	イスに座ってする体操。血液の流れが良くなり体が温かくなります。(※厚めのタオルをご持参ください)

●健康相談(小坂医院 小坂院長)

4月10日(水) 13:30~14:30

お身体やご病気の事など、お気軽にご相談下さい。

●生きがい相談(生きがいづくりアドバイザー)

4月5日(金)10日(水)17日(水) 9:30~12:00

生きがいや、健康、お悩みなど、ご相談ください。

ご予約不要 個室にて対応しますので安心してお越しください。

～ 月曜日の講座が変わります ～ (曜日・参加費変更)

音楽をたのしもう → 火曜日または木曜日

フラダンス → 土曜日の 10:30~12:00 (90分間)で
月2回の講座に、参加費は700円から1000円になります。

～ 4月から変更になるもの ～

卓球 → 2台になります。

元氣アップ・ロコモ体操 → 定員が増えます。

※定員になりしだい受付を終了させていただきます。

青木たたら荘 ご利用案内

川口市内在住+60歳以上の方がご利用になれます。

ご利用には**利用証**が必要です。お持ちでない方は作成いたしますので、身分証明書(健康保険証、障害者手帳等)をご持参ください。

利用料	100円
参加費	各講座によってちがいます。上記の表をご確認ください。
キャンセル	事前に必ずご連絡ください。
当日参加	定員になりしだい締切となります。
持ち物	水分補給のための飲み物、上履き、タオル



4月



青木たたら荘

開所時間 9:00~16:00

☎048-255-2620

日	月	火	水	木	金	土
午前	1 卓球	2 カラオケ	3 生き生きデイ(市) 11:00~11:40	4 ボッチャ 10:00~11:30	5●生きがい相談 カラオケ	6 フラダンス 10:30~12:00
	午後	卓球	卓球	カラオケ	やさしいイスヨガ 14:00~15:00	卓球
7 午前	8 卓球	9 ボッチャ 10:00~11:30	10●生きがい相談 生き生きデイ(市) 11:00~11:40	11 音楽をたのしもう 10:00~11:00	12 元気アップ体操 10:00~11:00	13 フラダンス 10:30~12:00
	午後	卓球	●健康相談 卓球	健康運動教室(市)予約終了	卓球	カラオケ
14 午前	15 カラオケ	16 ロコモ体操 10:00~11:00	17●生きがい相談 生き生きデイ(市) 11:00~11:40	18 ボッチャ 10:00~11:30	19 元気アップ体操 10:00~11:00	20 生け花教室 10:00~11:30
	午後	カラオケ	卓球	健康運動教室(市)予約終了	編み物教室 13:30~15:00	カラオケ
21 午前	22 卓球	23 ボッチャ 10:00~11:30	24 生き生きデイ(市) 11:00~11:40	25 兜づくり 10:00~11:40	26 元気アップ体操 10:00~11:00	27 卓球
	午後	卓球	ナツメロ生演奏 14:00~15:00	健康運動教室(市)予約終了	やさしいイスヨガ 14:00~15:00	卓球
28 午前	29 昭和の日 	30 卓球	 <p>囲碁・将棋・電位治療器・マッサージ・ 電動ウオーカー毎日ご利用いただけます。</p>			
		卓球				