

青木たたら荘だより 令和7年 6月号

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



青木たたら荘だより

毎月初め『新着情報』に掲載

ホームページ



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。

・各お問い合わせは下記まで！！

受付時間：9：00～16：00

☎ 電 話：048-255-2620



梅雨時に咲く紫陽花や花菖蒲

雨に似合う花が咲く季節になりました。

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。

予 約 が 必 要	講座名（定員）	実施日	時間	参加費	内容	キャンセルは必ずご連絡ください
	ポッチャ（24名）※ご予約は2回まで	5日（木） 19日（木） 10日（火） 24日（火）	10:00～11:30	100円	バラリンピックでも行われているポッチャ。一度体験してみませんか。	
	元気アップ体操（40名）※ご予約は2回まで	6日（金） 13日（金） 20日（金） 27日（金）	10:00～11:00	100円	ラジオ体操や口腔体操等、盛りだくさんの体操で元気アップ！	
	フラダンス（20名）	7日（土） 14日（土）	10:30～12:00	1000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）	12日（木）	10:00～11:00	500円	講師による楽器演奏とともに、みんなで一緒に歌ったり体を動かしたりします。	
	やさしいイスヨガ（23名）	13日（金） 20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。	
	ナツメロ生演奏（45名）	18日（水）	14:00～15:00	100円	バンドによる生演奏♪ 懐かしい音楽と一緒に口ずさみましょう。	
	生け花教室（13名）	21日（土）	10:00～11:30	1,400円	小原流 生け花の美と伝統をリラックスした雰囲気の中でご体験いただけます。	
	シニアダンス（20名）	25日（水）	13:30～15:00	300円	最初は簡単なステップから始めるダンス。一緒に楽しく踊りましょう♪	
	七夕の飾りもの作り（20名）	26日（木）	10:00～11:40	500円	布で七夕飾りを作りましょう。	
卓球（各回 最大6名まで×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	

カラオケ以外のご利用は上履きをお持ちください

先 着 順	講座名（定員）	実施日	時間	参加費	内容
	血液循環口コモ体操（45名）	3日（火） 17日（火）	10:00～11:00	100円	椅子に座ってする体操。足腰や肩の筋肉を鍛えていきましょう。※厚めのタオルご持参ください。

●健康相談（小坂医院 小坂院長）

6月18日（水） 13:15～14:15

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）

6月6日（金） 11日（水） 18日（水） 9:30～12:00

生きがいや、健康、お悩みなど、ご相談下さい。

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。

講座等の予約開始日について

《基本は毎月20日から翌月分を受付》

但し①元気アップ体操は第2回目終了後

↳ 6月は13日（金）から

②20日前に行われる講座は講座終了後

↳ 例：ナツメロ生演奏は6月18日（水）

予約キャンセルの場合は必ずご連絡下さい。

※キャンセル待ちの方がいます。

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

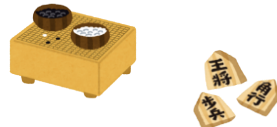
6月



青木たたら荘

開所時間 9:00～16:00

☎048-255-2620

日	月	火	水	木	金	土
1 (午前) カラオケ	2 健康アップ教室(市)予約終了 カラオケ	3 ロコモ体操 10:00～11:00	4 生き生きデイ(市) 11:00～11:40	5 パン販売 ボッチャ 10:00～11:30	6 ●生きがい相談 元気アップ体操 10:00～11:00	7 フラダンス 10:30～12:00
午後 カラオケ	カラオケ	カラオケ	卓球	健康運動教室(市)予約終了 カラオケ	カラオケ	卓球
8 (午前) カラオケ	9 健康アップ教室(市)予約終了 カラオケ	10 ボッチャ 10:00～11:30	11 ●生きがい相談 生き生きデイ(市) 11:00～11:40	12 音楽をたのしもう 10:00～11:00	13 元気アップ体操 10:00～11:00 ※元気アップ予約開始日	14 フラダンス 10:30～12:00
午後 カラオケ	カラオケ	カラオケ	卓球	健康運動教室(市)予約終了 カラオケ	やさしいイスヨガ 14:00～15:00	卓球
15 (午前) 卓球	16 卓球	17 ロコモ体操 10:00～11:00	18 ●生きがい相談 生き生きデイ(市) 11:00～11:40	19 ボッチャ 10:00～11:30	20 元気アップ体操 10:00～11:00	21 生け花教室 10:00～11:30
午後 卓球	カラオケ	カラオケ	●健康相談 ナツメロ生演奏 14:00～15:00	健康運動教室(市)予約終了 カラオケ	やさしいイスヨガ 14:00～15:00	カラオケ
22 (午前) 卓球	23 卓球	24 ボッチャ 10:00～11:30	25 生き生きデイ(市) 11:00～11:40	26 七夕の飾りもの作り 10:00～11:40	27 元気アップ体操 10:00～11:00	28 卓球
午後 卓球	卓球	卓球	シニアダンス 13:30～15:00	カラオケ	カラオケ	卓球
29 (午前) 卓球	30 卓球	 囲碁・将棋・電位治療器・マッサージ・ 電動ウォーカー 毎日ご利用いただけます。 				
午後 卓球	卓球					