

新郷たたら荘たより 令和5年9月号



9月分の予約期間 9月1日(金)～8(金)

受付時間:9:00～16:00

電話:048-283-2405

※定員数が増えました。ご都合の良い日に電話、または来所時にご予約ください。

【登録制の教室・料金一覧】※別途、利用料100円がかかります。(免除者除く)

・ヨガストレッチ教室400円・書道教室500円・生花教室1300円

| | | |
|--------------|---|-------------------|
| 健康相談 (相談室) | | 看護職員による健康相談 |
| 日時 | 9/4日(月)・25日(月)10:00～11:00 | |
| 生きがい相談 (相談室) | | 生きがいアドバイザーによる生活相談 |
| 日時 | 9/5日(火) 13:30～15:30 9/20日(水)9:30～12:00 | |

| 予約が必要 | 講座名 (定員) | 実施日 | 内容 | 予約期間 |
|-------|-------------|--|--|----------------------------|
| | 折り紙教室 (30名) | 27日(水)13:30～15:00 | アスターを折ります 利用料100円+参加費100円 | 9/1(金)～8(金) 電話または来所 |
| | 音楽レク(20名) | 9日(土)13:30～15:00 | リズム体操・季節に合った曲をトーンチャイムで演奏しよう! | |
| | ティスコン(18名) | 30日(土)13:30～15:00 | 3チームにわかれてゲームします!♡初心者大歓迎! | |
| 予約なし | 講座名 | 実施日 | 内容 | どなたでも参加できます |
| | 生き生きテイ | 4日(月)11日(月)20日(水)25日(月) 11:00～11:40 | 18日(月)が敬老の日の為→20日(水)11:00～ 毎回いろいろなテーマに沿った運動 | 当日来所 |
| | 脳トレ | 5日(火)13:30～ | ごぼう先生のプログラム、簡単なプリント・大人のぬり絵 | |
| | 運動レク | 12日(火)26日(火)13:30～ | ボール・リズム運動・ラダー・スラックレール | |
| | eスポーツ | 7, 14, 21, 28(毎木曜)10:00～15:30(11:30～13:00休憩) | テレビゲームで楽しくスポーツ&脳トレ | |

カラオケができる日



※11:30～13:00は、換気・消毒の為、全員退室して頂きます。午後13:00より再度入室可能です。

| 日 | 月・水・金 | 1日(金) | 4日(月) | 6日(水) | 8日(金) | 11日(月) | 13日(水) | 15日(金) | 20日(水) | 22日(金) | 25日(月) | 27日(水) | 29日(金) |
|----|-------------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 午前 | 9:00～11:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 午後 | 13:00～15:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |



| 包括主催 | 講座名 | 実施日 | 内容・問い合わせ |
|------|--------------------------------------|--|--|
| | 包括出前講座 「食事と健康」 ～正しい食生活で元気に長生き～ | 9月27日(水)10:00～11:00 新郷たたら荘 多目的ホール たたら荘利用料100円と上履きをお持ちください。 | 10:00～10:30 食事と健康について 10:30～11:00 脳トレと健康体操・笑いヨガ ★問い合わせ、参加申し込みは下記まで。 新郷東地域包括支援センター ☎048-229-2515 |



令和5年 9月予定表(多目的ホール)



新郷たたら荘 TEL048-283-2405



※利用料100円がかかります※講座参加の方は上履きを持参 ※施設にはお風呂はありません。

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------|---|--|---|--------------------------------------|-------------------------------|--|
| A M | 敬老の日(18日(月)祭日)は、 無料開放日 です。年齢制限なくどなたでも来所できます 【各展示】・・・習字、ぬり絵、折り紙 【ホール】・・・午前：卓球 午後：入パサルバント! エレクトーン生演奏13:00~ 講座室①・・・eスポーツ 講座室②・・・囲碁・将棋 ☆皆様のお越しをお待ちしております | | | | 1 | 2 |
| |  | | | | 健康運動教室 10:00~(受付終了) | NEW ヨガストレッチ教室 10:00~11:00 |
| P M | | | | | 卓球 12:00~15:45 | 卓球 12:00~15:45 |
| A M | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| P M | 卓球 12:00~15:45 | 脳トレ 13:30~当日自由参加 | 卓球 12:00~15:45 | 卓球 12:00~15:45 | 生花教室 13:30~(登録者) | 音楽レク 13:30~(20名) |
| A M | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| P M | 卓球 12:00~15:45 | 運動レク 13:30~当日自由参加 | 卓球 12:00~15:45 | ヨガストレッチ教室 14:00~15:00(登録者) | 卓球 12:00~15:45 | ハーバリウム体験教室* 13:30~ |
| A M | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| P M | 敬老の日  | 振替(休所)  | ヨガストレッチ教室 9:30~10:30(登録者) 生き生きデイ 11:00~ | 卓球 9:00~12:00 | 健康運動教室 10:00~(受付終了) | 秋分の日(休所)  |
| A M | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| P M | 卓球 12:00~15:45 | 運動レク 13:30~当日自由参加 | 折り紙教室 13:30~15:00 (30名) | 卓球 12:00~15:45 | 卓球 12:00~15:45 | ティスコン 13:30~(18名) |

※9/16(土)ハーバリウム体験教室を開催します。申込期間8/21(月)から9/2(土)まで。材料費1,000円+利用料100円がかかります。申込は新郷たたら荘へ。