

8月  
第199号

# ～歩楽里通信～

新倉高齢者福祉センター  
住所：和光市新倉1-20-39  
電話：048-465-3800

発行日：令和6年8月1日  
発行：和光市指定管理者  
ミアヘルサ株式会社

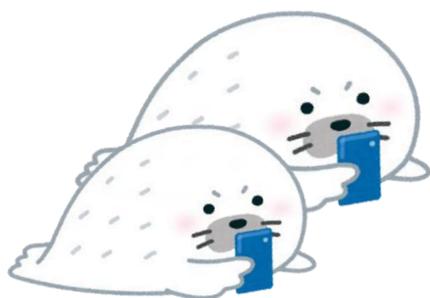
祝

## 歩楽里のホームページが誕生しました！

新倉高齢者福祉センターのホームページを作成しました。  
センターの施設案内やふらり通信、サークル紹介、  
講座のお知らせ等々をおこなっていきます！！

インターネットの検索画面で

「新倉高齢者福祉センター」  
と打ち込んで検索してみてください。



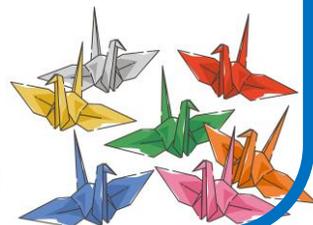
左記、QRコードをカメラで  
読み取るとホームページの  
ご案内が出ます！  
読み取っててください

## センター祭作品募集！

11月3日（日）にセンター祭を開催いたします。  
サークルの方だけでなく皆様からも作品を広く募集いたします。  
過去の作品でも大丈夫です！！

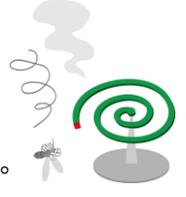
こんなの展示できるかな？？という作品があれば、  
まずは受付までご相談ください。

（作品によっては展示できない場合もございます）





# 8月 講座・イベントのお知らせ



興味のある講座がございましたら、受付またはお電話にてお申込みください。  
※応募多数の場合は抽選となりますので、予めご了承ください。

## マシーン養成講座

ジムに通うのはちょっと…。という方、必見！  
自分のペースで運動してみませんか？

日時： 8/6(火) 14:30～15:30  
8/10(土) 14:30～15:30  
8/17(土) 14:30～15:30



※全3回全てにご参加できる方に限ります。

## オセロをしてみませんか？

日付：8月5日(月)  
時間：10:00～11:00  
場所：2階 ふらい広間  
費用：無料  
定員：2～6名程度  
持ち物：飲み物



## カラオケを楽しむ会

日時：8月31日(土)  
13:00～15:00

場所・費用：会議室・無料  
※カラオケ系のサークルにご参加の方はご遠慮ください



## 知っておきたい 自筆証書遺言保管制度

日程：8月28日(水)  
時間：13:30～14:30  
場所：2階会議室  
講師：さいたま地方法務局職員  
持ち物：筆記用具



7月8～11日まで  
国際医療福祉専門学校の  
看護実習生さんが



いらしゃいました。  
皆様、ご協力を頂き  
ありがとうございました

## 「まちのクールオアシス」事業実施中！！ どなたでも涼みにいらしてください

暑さが増してきました。  
センターは冷暖房完備、座敷の休憩所、無料で使えるマッサージ機、  
スカイウェル(旧ヘルストロン)もごさいます。  
60歳以上で和光市在住の方ならどなたでも無料でご利用できます。



曜日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
トレーニングホール				通い(小規模)	9:00-12:30 13:15-14:30 14:30-15:45	吹き矢(健康スポーツ)
調理室					マシン 元気ダンス 卓球	楽脳 マシン
会議室				10:00-12:00 13:30-14:30	吹き矢(初級) ラジオ体操	10:00-14:30 フラダンス
ふらり広間						
囲碁・将棋 パソコン/外部				9:00-16:00	将棋	
その他				お風呂修理中		
	5	6	7	8	9	10
トレーニングホール	通い(小規模)	10:00-11:30 13:00-14:30 14:30-16:00	3B体操 歩楽里トレーニング マシン養成①	10:00-11:30 13:00-16:00	ゆる体操 マシン	通い(小規模)
調理室						
会議室	10:00-12:00 四つ葉会	10:00-13:00 麻雀	13:00-15:00 カラオケ風	13:30-14:30 ラジオ体操	13:00-15:00 コスモスクラブ	10:00-11:30 13:00-14:30 14:30-16:00
ふらり広間	10:00-11:00 13:30-15:30	オセロ ひまわり(朗読)	13:00-16:00 マージャン教室	13:00-15:00 ヨガクラブ	13:00-15:00 民謡汁やき	10:00-11:30 13:00-14:30 14:30-16:00
囲碁・将棋 パソコン/外部		9:00-16:00 将棋	9:00-16:00 囲碁	9:00-16:00 将棋		10:00-12:00 PCゆっくりクラブ
その他						
	12	13	14	15	16	17
トレーニングホール		13:00-14:30 14:30-16:00	歩楽里トレーニング マシン	13:30-15:00 あくていびていあぷ	通い(小規模)	9:00-12:30 13:15-14:30 14:30-15:45
調理室						マシン 元気ダンス 卓球
会議室			10:00-12:00 カラオケB	10:00-12:00 ラジオ体操		9:30-12:30 13:00-14:30 14:30-16:00
ふらり広間				10:00-12:00 ピース花		吹き矢(健康スポーツ) 楽脳 マシン養成③
囲碁・将棋 パソコン/外部		9:00-16:00 将棋	9:00-16:00 囲碁	9:00-16:00 将棋		
その他		13:00-16:00 メロディーを楽しむ会				
	19	20	21	22	23	24
トレーニングホール	通い(小規模)	10:00-11:30 13:00-14:30 14:30-16:00	3B体操 歩楽里トレーニング マシン	10:00-11:30 13:00-16:00	ゆる体操 マシン	通い(小規模)
調理室						
会議室	10:00-12:00 13:00-15:00	10:00-13:00 麻雀	13:00-15:00 カラオケ風	13:30-14:30 ラジオ体操	13:00-15:00 コスモスクラブ	10:00-11:30 13:00-14:30 14:30-16:00
ふらり広間	13:30-15:30 ひまわり(朗読)		13:00-16:00 マージャン教室	13:00-15:00 ヨガクラブ		10:00-11:30 13:00-14:30 14:30-16:00
囲碁・将棋 パソコン/外部		9:00-16:00 将棋	9:00-16:00 囲碁	9:00-16:00 将棋		10:00-12:00 PCゆっくりクラブ
その他						
	26	27	28	29	30	31
トレーニングホール	通い(小規模)	10:00-11:30 13:00-14:30 14:30-16:00	3B体操 歩楽里トレーニング マシン	10:00-11:30 13:30-15:00	ゆる体操 あくていびていあぷ	通い(小規模)
調理室						
会議室	13:00-15:00 カラオケA		10:00-12:00 13:30-14:30	カラオケB 自筆遺言講座	10:00-12:00 吹き矢(初級)	9:00-12:30 13:00-14:30 14:30-16:00
ふらり広間		13:00-15:45 初心者麻雀教室				9:30-12:30 13:00-14:30 14:30-16:00
囲碁・将棋 パソコン/外部		9:00-16:00 将棋	9:00-16:00 囲碁	9:00-16:00 将棋		吹き矢(健康スポーツ) 楽脳 マシン
その他		13:00-16:00 メロディーを楽しむ会				

センターでは  
 第1週：1～7日  
 第2週：8～14日  
 第3週：15～21日  
 第4週：22～28日  
 第5週：29～31日  
 と数えます

休館日