

# ～歩楽里通信～

5月  
第220号

新倉高齢者福祉センター 発行日：令和8年5月1日  
住所：和光市新倉1-20-39 発行：和光市指定管理者  
電話：048-465-3800 ミアヘルサ株式会社



## 令和8年度 運営委員会

伊藤南津雄様 肥田二郎様 磯部栄子様  
小林聡子様 山田正男様 近藤正子様  
石井久雄様 清水博子様 熊谷万理子様

令和8年度の運営委員会ご利用者代表9名が決定しました。  
運営委員会では、センターご利用の皆様のご要望などを「皆様の声」として意見交換した後、決議事項としてご報告させていただきます。  
ご協力をよろしくお願いいたします。

令和7年度の運営委員の皆様、ご協力ありがとうございました。



今年もセンター祭りを企画しています☆

お祭りの運営について、  
運営委員会にてご相談させていただきます。  
各サークルの皆さまは、芸能発表の事前アンケートにご協力をお願いします。  
皆さまのご協力をもとに楽しいお祭りにできればと  
思っております。よろしくお願いいたします♡



# 5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。  
※応募多数の場合は先着となりますので、予めご了承ください。

## 新しい職員の紹介

この度新しくセンター長として来た  
川邊智子です。

これまではオアシス和光というサービス  
付高齢者向け住宅のホーム長を3年、  
その前は地域包括支援センターに  
10年近く勤めていました。

皆さまにいろいろ教えていただき、

明るく楽しい福祉センター  
を作っていきたいと思えます。  
よろしくお願いいたします



はじめまして。この度新しく  
ケアマネージャーとして  
まいりました、横田敬子です。  
これまで和光市北地域包括  
支援センターで勤務しておい  
ました。皆さまとお話しでき  
ることを楽しみにしています。  
安心して過ごしていただける  
よう努めてまいりますので  
どうぞよろしくお願いいたします  
ます！



## しょうぶ湯



**5月1日・2日!**

☆入浴時間☆10:00～15:00  
(最終受付14:30)

## ♪カラオケ開放♪

日付:5月30日(土)

時間:13:00-15:00

場所:2階 会議室

※詳細は館内掲示のポスターまたは職員  
まで! ※職員は同席いたしかねます



## カフェ 歩楽里

日付:5月8日(金)

時間:13:30～14:30

費用:100円

(お菓子・飲み物代)

場所:センター中庭

※雨天中止



おやつと飲み物を用意しています!  
この機会に楽しくお話しませんか♪

## 遠藤さんの美容講座

～透明感あふれる肌へ!～

日付:5月27日(水)

時間:13:30～15:00 費用:500円

場所:2階会議室 定員:8名

講師:遠藤 典子さん

(美容師、エステティック講師、エステティシャン、介護福祉士)

持ち物:フェイスタオル1枚・お手持ちのメイク道具が  
ございましたら、お持ちください。



冬の乾燥した硬い肌から、  
健康な肌に戻しましょう♪  
次は、初夏へ向けて、お肌のケアを!

曜日	月		火		水		木		金		土		
									1		2		
トレーニングホール									9:00-12:30	マシン	9:30-12:30	吹き矢(健康スポーツ)	
調理室									13:00-14:30	元気ダンス	13:00-14:30	楽脳	
会議室									14:30-15:45	卓球	14:30-16:00	マシン	
ふらり広間											10:00-12:30	フラダンス	
囲碁・将棋 パソコン/外部													
その他													
	4		5		6		7		8		9		
トレーニングホール							通い(小規模)		10:00-11:00	イス体操	10:00-11:30	フラダンス	
調理室									13:00-14:30	社交ダンス	13:00-14:30	楽脳	
会議室								10:00-12:30	吹き矢(初級)	10:30-12:00	歌唱講座	13:00-15:30	卓球7クワク会
ふらり広間								13:30-14:30	ラジオ体操	13:00-15:00	コスモスクラフ	13:00-15:30	卓球7クワク会
囲碁・将棋 パソコン/外部								13:00-16:00	マージャン教室	10:00-12:00	和光竹房会(RA)	13:00-16:00	編み物
その他								9:00-16:00	将棋				
	11		12		13		14		15		16		
トレーニングホール			10:00-11:30	3B体操	10:00-11:30	ゆる体操		通い(小規模)	9:00-12:30	マシン	9:30-12:30	吹き矢(健康スポーツ)	
調理室			13:00-14:30	歩楽里トレーニング	13:00-16:00	マシン			13:00-14:30	元気ダンス	13:00-14:30	楽脳	
会議室	10:00-12:00	四つ葉会	10:00-11:30	さくらクラス	10:00-12:00	カラオケB			14:30-15:45	卓球	14:30-16:00	マシン	
ふらり広間	13:00-15:00	カラオケA	12:30-15:45	初心者麻雀教室	13:00-15:00	カラオケ風	13:30-14:30	ラジオ体操					
囲碁・将棋 パソコン/外部	13:30-16:00	ひまわり(朗読)			10:00-12:00	語り部	10:00-12:00	手芸サークル	10:00-12:00	和光竹房会(RA)			
その他	9:00-16:00	将棋	9:00-16:00	将棋	13:00-15:30	小物作りサークル	13:00-15:00	コクリコクラフ					
	18		19		20		21		22		23		
トレーニングホール			10:00-11:30	3B体操	10:00-11:30	ゆる体操		通い(小規模)	9:00-11:00	イス体操	10:00-11:30	フラダンス	
調理室			13:00-14:30	歩楽里トレーニング	10:00-11:30	ゆる体操			13:00-14:30	社交ダンス	13:00-14:30	楽脳	
会議室	10:00-12:00	四つ葉会	10:00-13:00	麻雀	10:00-12:00	暮らしの書	10:00-12:30	吹き矢(初級)	14:30-15:45	卓球	14:30-16:00	マシン	
ふらり広間	13:00-16:00	ひまわり(朗読)			13:00-15:00	カラオケ風	13:30-14:30	ラジオ体操					
囲碁・将棋 パソコン/外部	9:00-16:00	将棋	9:00-16:00	将棋	10:00-12:00	語り部	10:00-12:00	手芸サークル	10:30-12:00	歌唱講座	13:00-15:30	卓球7クワク会	
その他	9:00-16:00	将棋			13:00-16:00	マージャン教室	13:00-15:00	コスモスクラフ	13:00-15:00	コスモスクラフ	13:00-15:30	卓球7クワク会	
	25		26		27		28		29		30		
トレーニングホール			10:00-11:30	3B体操	10:00-11:30	ゆる体操		通い(小規模)	9:00-14:00	マシン	9:30-12:30	吹き矢(健康スポーツ)	
調理室			13:00-14:30	歩楽里トレーニング	10:00-11:30	ゆる体操			13:00-14:30	元気ダンス	13:00-16:00	マシン	
会議室	10:00-12:00	四つ葉会	10:00-11:30	さくらクラス	10:00-12:00	カラオケB			14:30-15:45	卓球			
ふらり広間	13:00-15:00	カラオケA	12:30-15:45	初心者麻雀教室	13:30-15:00	美容講座	13:30-14:30	ラジオ体操			13:00-15:00	カラオケ開放	
囲碁・将棋 パソコン/外部	9:00-16:00	将棋	9:00-16:00	将棋	10:00-12:00	語り部	10:00-12:00	手芸サークル					
その他	9:00-16:00	将棋	9:00-16:00	将棋	13:00-15:30	小物作りサークル	13:00-15:00	コクリコクラフ					

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

休館日

休館日