# ～歩楽里通信～

**12月**
**第227号**

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8年12月1日
発行：和光市指定管理者
ミアヘルサ株式会社

歩楽里




## 第18回センター祭りを開催しました☆



# １２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。

## 季節湯「ゆず湯」

**12月17日・18日！**





入浴時間は10:00～15:00
（受付は14:30まで）

## 年末年始のお知らせ

**12月29日～1月3日**
**は休館です。**



新年は1/4（月）から
営業再開いたします。

大掃除のため12/28(月)の
お風呂は13時までとなります。
※最終受付12:30※

## カラオケ開放

12月4日（金）
13:00～15:00



## クリスマスコンサート



日付：12月12日（土） 時間：10:30～11:00
場所：2階 大広間 ※申し込み不要
演奏：和光・ジュニアオーケストラ（わこじゅに）

小学生～高校生の団員で
活躍しているオーケストラです♪
ぜひお越しください(^▽^)/



♪ジングルベル
♪きよしこの夜
♪上を向いて歩こう …など

## クリスマスツリー手芸講座





日付：12月5日（土） 時間：13:30～14:30
場所：2階 ふらり広間 定員：8名 費用：無料

簡単に作れるかわいいクリスマスツリーです！



# R8.12月

講座スケジュール確認表　※内容や時間等は変更する事もございます。

| 曜日 | 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | 土 | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | |
| トレーニングホール | | | 10:00-11:30 | 3B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) |
| | | | 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 | 13:00-14:30 | 楽脳 |
| | | | 14:30-16:00 | マシン | 13:00-16:00 | マシン | | | 14:30-15:45 | 卓球 | 14:30-16:00 | マシン |
| 調理室 | | | | | | | | | | | | |
| 会議室 | | | 10:00-13:00 | 麻雀 | 10:00-12:00 | 暮らしの書 | 10:00-12:30 | 吹き矢(初級) | 10:00-11:00 | イス体操 | 10:00-13:00 | フラダンス |
| | | | | | 13:00-15:00 | カラオケ風 | 13:30-14:30 | ラジオ体操 | 13:00-15:00 | カラオケ開放 | | |
| ふらり広間 | | | 10:00-11:00 | モニタリング | 10:00-12:00 | 語り部 | | | | | | |
| | | | 13:30-15:00 | クラフト | 13:00-16:00 | マージャン教室 | | | | | 13:30~14:30 | クリスマスツリー |
| 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 | | | | | | | | | | | | |
| | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | |
| トレーニングホール | | 通い（小規模） | | | | | | 通い（小規模） | 10:00-11:00 | イス体操 | 10:00-11:30 | フラダンス |
| | | | | | | | | | 13:00-14:30 | 社交ダンス | 13:00-14:30 | 楽脳 |
| | | | | | | | | | 14:30-15:45 | 卓球 | 14:30-16:00 | マシン |
| 調理室 | | | | | | | | | | | | |
| 会議室 | 10:00-12:00 | 四つ葉会 | | | | | 10:00-12:00 | カラオケB | 10:30-12:00 | 歌唱講座 | 9:00~12:00 | 検査 |
| | | | | | | | 13:30-14:30 | ラジオ体操 | 13:00-15:00 | コスモスクラブ | 13:30-15:30 | 卓球ワクワク会 |
| ふらり広間 | 10:00-12:00 | スマホ研究 | | | | | 10:00-12:00 | 手芸サークル | 10:00-12:00 | 和光竹房会（RハB） | | |
| | 13:30-16:00 | ひまわり（朗読） | | | | | 13:00-15:00 | コクリコクラブ | | | 13:00-16:00 | 編み物 |
| 囲碁・将棋パソコン／外部 | 9:00-16:00 | 将棋 | | | | | 9:00-16:00 | 将棋 | | | | |
| その他 | | | | | | | | | | | クリスマスコンサート | |
| | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | | 18 | | 19 | |
| トレーニングホール | | 通い（小規模） | 10:00-11:30 | 3B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) |
| | | | 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 | 13:00-14:30 | 楽脳 |
| | | | 14:30-16:00 | マシン | 13:00-16:00 | マシン | | | 14:30-15:45 | 卓球 | 14:30-16:00 | マシン |
| 調理室 | | | | | | | | | | | | |
| 会議室 | | | 10:00-13:00 | 麻雀 | 10:00-12:00 | 暮らしの書 | 10:00-12:30 | 吹き矢(初級) | 10:00-11:00 | イス体操 | 10:00-13:00 | フラダンス |
| | 13:00-15:00 | カラオケA | | | 13:00-15:00 | カラオケ風 | 13:30-14:30 | ラジオ体操 | | | | |
| ふらり広間 | | | 10:00-11:30 | さくらクラブ | 10:00-12:00 | 語り部 | | | 10:00-12:00 | 和光竹房会（RハB） | | |
| | | | 13:30-15:00 | クラフト | 13:00-16:00 | マージャン教室 | | | | | | |
| 囲碁・将棋パソコン／外部 | 9:00-16:00 | 将棋 | 9:00-16:00 | 将棋 | 9:00-16:00 | 囲碁 | 9:00-16:00 | 将棋 | | | | |
| その他 | | | | | | | ゆず湯 | | ゆず湯 | | | |
| | 21 | | 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | 26 | |
| トレーニングホール | | 通い（小規模） | 10:00-11:30 | 3B体操 | | | | 通い（小規模） | 10:00-11:00 | イス体操 | 10:00-11:30 | フラダンス |
| | | | 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 |
| | | | 14:30-16:00 | マシン | 13:00-16:00 | マシン | | | 14:30-15:45 | 卓球 | 14:30-16:00 | マシン |
| 調理室 | | | | | | | | | | | | |
| 会議室 | 10:00-12:00 | 四つ葉会 | 10:00-12:00 | 初心者麻雀教室 | 10:00-12:00 | カラオケB | | | 10:30-12:00 | 歌唱講座 | | |
| | 13:00-15:00 | カラオケA | 12:30-15:45 | 初心者麻雀教室 | | | 13:30-14:30 | ラジオ体操 | 13:00-15:00 | コスモスクラブ | 13:30-15:30 | 卓球ワクワク会 |
| ふらり広間 | 10:00-12:00 | スマホ研究 | | | | | 10:00-12:00 | 手芸サークル | | | | |
| | 13:30-16:00 | ひまわり（朗読） | 13:30-15:00 | クラフト | 13:00-15:30 | 小物作りサークル | 13:00-15:00 | コクリコクラブ | | | 13:00-16:00 | 編み物 |
| 囲碁・将棋パソコン／外部 | 9:00-16:00 | 将棋 | 9:00-16:00 | 将棋 | 9:00-16:00 | 囲碁 | 9:00-16:00 | 将棋 | | | | |
| その他 | | | | | | | | | | | | |
| | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | | | | | |
| トレーニングホール | | 通い（小規模） | | | | | | | | | | |
| 調理室 | | | 休館日 | | 休館日 | | 休館日 | | | | | |
| 会議室 | | | | | | | | | | | | |
| ふらり広間 | | | | | | | | | | | | |
| 囲碁・将棋パソコン／外部 | 9:00-16:00 | 将棋 | | | | | | | | | | |
| その他 | | | | | | | | | | | | |

玄関天井の工事のため
8日・9日は
休館となります。
ご理解・ご協力を
お願いいたします。

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