

つきみ荘 行事予定

*カラオケ・ダンスは白地の日にご利用できます

平成30年1月

| 日 | 月 1 | 火 2 | 水 3 | 木 4 | 金 5 | 土 6 |
|-----------------|--|--|--|---|------------------------------|--------------------------------|
| | | 年末・年始休館日 12月29日～1月3日 | | 筋トレ・脳トレリズム運動 お休み | 筋トレ・脳トレリズム運動 お休み | 健康麻雀 10:00～ (年金協会) |
| 7 新年顔見せ 会 | 8 (成人の日) | 9 振替休館日 | 10 ● ストレッチホールとねころ ビクス 10:00～ ● 絵画教室 13:30～ ● ヨガ体操 13:30～ | 11 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00～ 健康吹矢 (年金協会) 13:30～ | 12 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00～ | 13 健康麻雀 12:30～ (年金協会) |
| 14 | 15 休館日 | 16 セラバンドと健康体操 10:00～ 筋トレ・脳トレリズム運動 13:00～ | 17 ● iPad 脳トレ 10:00～ ● 健康英会話 13:30～ | 18 健康麻雀 (年金協会) 12:30～ | 19 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00～ | 20 健康麻雀 10:00～ (年金協会) |
| 21 | 22 小島老人会 新年会 (貸切) | 23 セラバンドと健康体操 10:00～ 筋トレ・脳トレリズム運動 13:00～ | 24 ● 太極拳体操 10:00～ ● ストレッチホールとねころ ビクス 13:00～ | 25 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00～ 健康吹矢 (年金協会) 13:30～ | 26 筋トレ・脳トレリズム運動 10:00～ | 27 健康麻雀 12:30～ (年金協会) |
| 28 | 29 休館日 ● 身近なパワースポットハイキング 10:00～ (裏面参照) | 30 セラバンドと健康体操 10:00～ 筋トレ・脳トレリズム運動 13:00～ | 31 ● 介護相談 (予約制) ● トールペイント教室 10:00～12:30 ● 健康英会話 13:30～ ● バランス・スティック体操 13:40～ | | | |

本庄市老人福祉センター つきみ荘
 所在地: 本庄市沼和田127-1
 電話: 0495-22-3696

つきみ荘 1月 活動のご案内

中山道「蔵と七福神」めぐり 身近なパワースポット・ハイキング

今回は、日本庄市の中山道に沿って「蔵」と「七福神」をめぐりハイキングです。50軒以上ある蔵の建風情から旺時を偲ぶもよし、七福神に祈りをこめるもよし、はたまた歴史民俗資料館で「はにぽん」の本物を見るもよし、本庄のとかく見過ごしてしまう顔を覗くハイキングです。

| | |
|------|--|
| 日時 | 1月22日(月) 10:00~14:00 |
| 集合場所 | つきみ荘 乗合ではにぽんプラザに移動します |
| 定員 | 30名(先着順) |
| 参加費 | 無料 |
| 昼食 | 選択制 ①お弁当持参(レンガ倉庫で昼食) ②カレーライス(電気館) ③日本蕎麦(きむらや) |
| 用意 | 暖かい恰好でお出で下さい |
| 案内 | 今井玲子(NPO本庄ファンクラブ理事) |
| 申込先 | 本庄市老人福祉センター つきみ荘 ☎・Fax: 0495-22-3696 |



つきみ荘「絵画講座」 3名の受講者が麓原展1・3・5位

第69回麓原展に公募出品した「つきみ荘絵画講座」受講者3名の方が麓原賞(第1位)、麓原奨励賞(第3位、第5位)を受賞されました。

何と、1位受賞の方は今年の3月から、5位になられた方は昨年12月より本格的に絵を描き始められたそうです。初心者から気楽に参加できるのが、この「絵画講座」です。



絵画講座風景



麓原賞作品「夏の日の午後」

(指導の先生—菅野公夫氏の紹介)
埼玉県美術展覧会審査員、埼玉県県北美術展審査員
元本庄第一高校教諭(美術)
埼玉県展に20年連続通算250名入選させるなど、数々の美術展入賞者を指導。
特に、初心者でも気軽に絵に触れ、上達していくことで自己実現の楽しさを感じさせる指導に定評があります。

参加費無料ですので、気軽につきみ荘宛お申込下さい