



オアシスだより

講座受講者募集

3月開講講座 1月30日(火)消印有効

【メディカルハーブ】全1回 New!

「春の花粉症対策」のハーブティーを飲みながら楽しむ『お茶会』形式の講座です♪メディカルハーブとは、暮らしの中で美容と健康の維持・増進を目的に用いることのできる香りある植物のことを言います🌿

日時 3月1日【金曜日】 午後1時30分～3時

対象者 60歳以上の方

経費 500円

定員 10名



【表情筋を鍛えてココロも身体も若返り】全1回 New!

お顔の様々な表情を作るのに大切な「表情筋」は、意識して動かさないと、年齢と共にたるみやシワの原因になるといわれています！表情筋を鍛えることで、お顔が若返ってポジティブになり心身の健康にも繋がります♪

日時 3月5日【火曜日】 午前10時～11時30分

対象者 60歳以上の方、身体障害者手帳所持者、精神障害者保健福祉手帳所持者

経費 無料

定員 20名



【アロタイ～アロマ×ストレッチ～】全2回 New!

アロマの香りを楽しみながら、タイ古式マッサージの手法を組み込んだストレッチを行います🙏シンプルだけど芯からほぐれます♪

日時 3月6日・13日【各水曜日】 午前10時～11時30分

対象者 60歳以上の方、身体障害者手帳所持者、精神障害者保健福祉手帳所持者

経費 無料

定員 15名



講座申込み方法🔔

オアシスの講座は、市内在住・在勤・在学の方が対象です。

★往復はがきに、①受講希望講座名②住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤電話番号⑥性別⑦障がいの有無・等級⑧利用登録番号(お持ちの方)を必ず明記して、総合福祉センターへ申し込みください。

1講座につき1通でお送りください。

※記入もれがあった場合は、無効とさせていただきます。



❄️ オアシス落語会～笑いは健康の良薬～ ❄️

多数の資格を取得し、楽しく面白い講演会が大好評な落語家の三遊亭楽春さんが、オアシスにて落語会を行います！落語で笑って、心も体も健康になりましょう！！

出演 三遊亭 楽春 氏（真打）

日時 令和6年1月24日（水） 午後1時30分～3時30分

※開場は午後1時15分です

会場 オアシス 2階 体育室

定員 200名 車いす席・要約筆記あり

※応募多数の場合は抽選となります

対象 川越市内在住・在勤・在学の方

経費 無料

※公共交通機関のご利用にご協力ください。



申込方法 往復はがきに下記①～⑥を記入のうえ、オアシスに郵送または、直接オアシス1階窓口に官製はがきをお持ちのうえ、申し込みください。

①オアシス落語会②氏名(ふりがな)③生年月日

④住所⑤電話番号⑥その他(例:車いす使用など)

締切り **令和5年12月25日(月) 消印有効**

お詫びと訂正

11月に発行いたしました、オアシスだより第344号の発行年に誤りがございました。

深くお詫び申し上げますと共に、下記の通り訂正をさせていただきます。

[誤] 令和4年

[正] 令和5年

【相談事業実施中】✍️

予約制となりますので、事前にオアシス1階窓口または、電話でご予約下さい。

※新型コロナウイルスに関する相談は行っていません。

▶医師による健康相談

次回：1月10日(水) 午後1時～2時30分
※毎月原則第2水曜日に実施

▶看護師による健康相談・理学療法士によるリハビリ相談は随時相談受付！



【館内利用状況について】☕

▶利用内容・時間の変更について

貸室の利用制限、人数制限は、従来通りとなっております。詳しくはオアシスホームページや館内掲示板をご確認ください。

オアシスホームページ→



▶12月の休館日について

12月4日・11日・18日・25日は休館日となります。また、12月29日～1月3日は年末年始のため、お休みです。



▶プール営業について

プールの利用日程表の詳細については、オアシスホームページ等でご確認をお願いいたします。

【お気軽にご参加ください】🎵

【毎日体操】

日時 毎週火曜日～土曜日（休館日を除く）

午前8時45分～8時55分

会場 オアシス 1階

内容 ラジオ体操を行います！

※12月29日～1月3日は、お休みです！



【オアシスサロン】

日時 毎月最終水曜日（休館日を除く）

午前9時～11時30分

会場 オアシス3階 社会適応訓練室

内容 ゲームや運動などを行います！

