

# オアシスだより

第340号 令和5年7月10日  
編集・発行：川越市社会福祉協議会  
川越市小仙波町 2-50-2  
TEL 049 (228) 0200  
FAX 049 (228) 0202  
開館日時：火曜～日曜日  
午前9時～午後9時  
休館日：月曜日、国民の祝日、年末年始  
<http://www.k-oasis.jp>

## 講座受講者募集

10月開講講座 8月30日(火)消印有効

### 【ストレッチ】全6回 New!

ストレッチで体をほぐし柔軟性を高め、怪我の予防に繋がしましょう!

日時 10月17日・24日・31日  
11月7日・14日・28日  
【各火曜日】午前10時～11時30分

対象者 60歳以上の方  
精神障害者保健福祉手帳所持者

経費 無料  
定員 25名



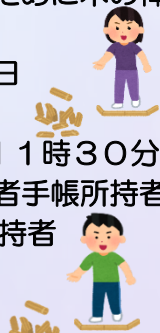
### 【モルック】全5回

フィンランドの伝統的なゲームをもとに開発されたスポーツです! ※3m先の木製ピンを倒すために木の棒を投げる動作があります。

日時 10月5日・12日・19日  
11月2日・16日  
【各木曜日】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



### 【英語で遊ぼう】全6回

歌やレクリエーションで体を動かしながら楽しく英語を学びましょう!

日時 10月7日・21日・28日  
11月4日・18日・25日  
【各土曜日】午後1時30分～3時

対象者 療育手帳所持児・者

経費 無料  
定員 15名

You did it!

### 【陶芸】全6回

マグカップやお皿など、自分だけのオリジナル作品を作り、完成した作品を使ってお茶会をしましょう!

日時 10月3日・10日・24日・31日  
11月7日・21日  
【各火曜日】午後2時～3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 教材費800円  
定員 10名



### 【ボールで遊ぼう～サッカー編～】全6回

サッカー未経験でも大丈夫です! みんなで楽しく体を動かしましょう!

日時 10月7日・21日・28日  
11月4日・18日・25日  
【各土曜日】午後4時～5時30分

対象者 療育手帳所持児・者  
経費 無料  
定員 25名



### 【卓球】全6回

初めての方から経験者まで、一人ひとりのレベルに合わせて先生が丁寧に指導します!

日時 10月7日・21日・28日  
11月4日・18日・25日  
【各土曜日】午前10時～11時30分

対象者 身体障害者手帳所持者及び精神障害者  
保健福祉手帳所持者

経費 無料  
定員 20名



### 【マジック】全6回

この機会にマジックを習得し、ご家族やお友達に披露してみましょう!

日時 10月6日・13日・20日・27日  
11月17日・24日  
【各金曜日】午後2時～3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 教材費2,300円  
定員 16名



### 【カメラ】全6回

カメラ(一眼レフ、ミラーレス一眼またはデジカメ)の基本的な操作から、撮影テクニックまで先生が丁寧に指導します! ※施設外での撮影実習もあります。

日時 10月11日・18日  
11月1日・15日・29日、12月6日  
【各水曜日】午後1時30分～3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

※カメラをお持ちの方

経費 無料  
定員 14名



# 9月配信インターネット講座【認知症予防～腎機能向上編～】

8月15日(火)消印有効

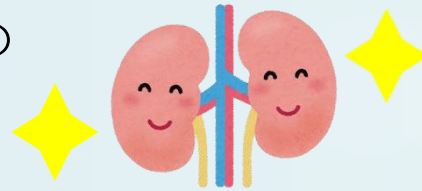
認知症の予防として腎臓機能を高める生活習慣や運動方法を理学療法士がご紹介します。認知症や腎臓機能に対する正しい知識を得て、ご自宅でできる簡単な運動をし、認知症を予防していきましょう！

配信期間 9月1日(金)～11月30日(木)

対象者 どなたでも

経費 無料

申込み専用アドレス: jigyouno@k-oasis.jp



## 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。

★往復はがきまたはEメール(インターネット講座のみ)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。

川越市総合福祉センター 〒350-0036 川越市小仙波町2-50-2  
TEL: 228-0200 FAX: 228-0202  
ホームページ <http://www.k-oasis.jp>

## 【毎日体操】申込み不要!入退場自由!

## 7月22日から夏休み企画が始まります

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 ラジオ体操等を行います!



7月22日(土)～8月29日(火)の間、毎日体操～夏休み企画～を開催します♪スタンプを15個ためると景品がもらえます♪お子様から大人まで、どなたでも参加できます!ぜひご参加ください!!

## 【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→



### ▶7月の休館日について

7月3日・10日・17日・24日・31日は休館日となります。

### ▶プール営業の休業について

プールは現在、設備の故障により休業しています。復旧には長期間を要すると思われます。ご不便をお掛けいたしますが、ご理解・ご協力の程お願い申し上げます。再開につきましてはホームページ等でお知らせいたします。

## 【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: 8月9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



## 【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 カードゲームや脳トレ、運動などを行います♪



申込みは不要です!お気軽にご参加ください!