



令和3年10月 「変わります、やすらぎ荘!!」

号外
令和3年9月17日

皆様が、いつまでも笑顔で元気に過ごせるように
『健康寿命の延伸』に取り組みます

1. 健康寿命を延ばすため、**ヨガセラピー、健康太極拳**
認知症予防に**脳トシそろばん教室**を開講します

2. **Sportsゲーム**で楽しみながら心身機能の維持!!
12のスポーツが大画面で楽しめます



- ボウリング ゴルフ アーチERYー ピンポン
- バスケットボール カヌー 自転車 ウェイクボード
- チャンバラ フリスビー マリンバイク スカイレジャー

3. 『やすらぎ号』の運行経路と運行時間が変わります。
佐世保駅からやすらぎ荘までの区間を午前2回、午後2回運行します

やすらぎ荘 (出発)		佐世保駅	京町 (京町公園付近)	本島町 (ハウスアドバイザー前)	松浦町 (商工中金前)	名切 (バス停)	やすらぎ荘 (到着)
9:15	→	9:30	9:32	9:34	9:36	9:40	9:45
11:45	降車	12:00	12:02	12:04	12:06	12:10	12:15
13:00	降車	13:15	13:17	13:19	13:21	13:25	13:30
14:30	降車	14:50	-----	-----	-----	-----	15:10

(注) コロナ感染拡大のため10月は従来通りの運行とします

4. 利用時間が変わります
入浴 10時30分から15時
カラオケ 10時から12時30分

佐世保市社会福祉協議会 老人福祉センター やすらぎ荘
〒857-0024 佐世保市花園町10-35 ☎ 22-9257

<http://www.saseboshakyo.or.jp/yasuragiso> スマホ・パソコンからも閲覧できます

佐世保 やすらぎ荘 検索

「家でじっとしていても…」 「生活にメリハリが…」
 「運動不足を解消したい…」 「何か生きがいを見つけたい…」
 そんな時は「やすらぎ荘」で心と体をリフレッシュ!!



◆講座 (会費・定員あり)

	講座名	週	曜日	時間
1	表装	毎週	火	10:00~15:00
2	太極拳	第1・第3	火	13:30~14:30
3	茶道	毎週	水	12:00~15:00
4	合唱	毎週	木	13:00~14:00
5	脳トレそろばん	毎週	木	13:00~14:00
6	書道	毎週	金	10:00~12:00
7	ヨガセラピー	月3回	金	13:30~14:40
8	カラオケ	毎週	土	13:00~15:00
9	パソコン	毎週	火・木	10:00~12:00
10	卓球	毎週	水・土	12:30~15:30

◆クラブ (会費・定員あり)

	クラブ名	週	曜日	時間
1	将棋	毎週	火~土	11:00~16:00
2	軽音楽A	毎週	水	13:00~16:00
3	舞踊	毎週	水	13:00~15:00
4	手芸	毎週	木	10:00~15:00
5	ソーイング	毎週	木・日	10:00~15:00
6	陶芸	毎週	金	10:00~15:00
7	囲碁	毎週	水・金	10:00~16:00
8	軽音楽B	毎週	火・金	12:00~15:00
9	英会話	毎週	日	13:00~15:00

卓球・ランニングマシン 自由に利用できます



◆利用料

- 1回…140円
- 回数券…1,200円(10枚つづり)



200円お得です

- 60歳未満の方の利用…240円
- 小・中学生…110円
- 団体(20名以上)…一人につき120円
(注)団体割引の適用は60歳以上

◆利用時間

9:30~16:00まで
 入浴 10:30~15:00
 カラオケ 10:00~12:30

◆休館日

- 毎週月曜日と国民の休日
- 年始年末(12月29日~1月3日)

◆食事

- 必要な方は各自で用意してください
- 仕出し弁当注文受付(10:30まで)

◆地図



- 『花園町入口』バス停より徒歩5分
- 駐車場あります