

1月の「はつらつセンター関主催」事業



事前申込・抽選				
事業名 *詳細は、ポスターでご確認ください	実施日	実施時間	場所・定員	期間
★元気アップ体操 持ち物：フェイスタオル、飲み物	7日(火) 14日(火)	10:30～11:30	娯楽室・和室 15名	窓口申込み 12/20(金) ～ 12/25(水) 電話申込み 12/24(火) ・ 12/25(水) 抽選発表 12/28(土)
★健康いきいき体操 持ち物：フェイスタオル、飲み物、5本指ソックス	10日(金) 24日(金)	10:00～11:15	娯楽室・和室 18名	
★はつらつ体操 持ち物：フェイスタオル、飲み物	17日(金)・21日(火) 28日(火)・31日(金)	①10:00～10:30 ②11:00～11:30	娯楽室・和室 15名	
★VIDEO(ビデオ)体操 持ち物：フェイスタオル、飲み物	8日(水) 22日(水)	10:00～ 1時間程度	娯楽室・和室 10名	
★水彩色鉛筆を使ってみよう ～しだれ梅～ 持ち物：水拭き用ハンドタオル(汚れても良いもの)	8日(水)	10:00～11:30	生活相談室 10名	
★懐かしの小さな映画会	15日(水)	10:00～ 終了まで	講習室30名	
★毛筆で書いてみよう 持ち物：書道道具一式、ゴミ袋、筆洗い用ペットボトル	20日(月)	10:00～11:30	講習室12名	
★輪投げ 持ち物：フェイスタオル、飲み物、室内履き	20日(月)	14:00～15:30	洋室10名	
★ゲームdeボウリング 持ち物：フェイスタオル、飲み物、室内履き	22日(水)	14:00～15:30	洋室8名	
★手工芸教室 ～手袋で作るウサギちゃん～ 持ち物：縫い針、白い糸、まち針、作品持ち帰り袋	25日(土)	10:00～11:30	生活相談室 10名	
★スマホ教室 ～② スマホの基本とLINE体験～	27日(月)	10:00～11:30	講習室20名	
★楽・楽 ボッチャ 持ち物：フェイスタオル、飲み物、室内履き	27日(月)	14:00～15:30	洋室12名	

事前申込・先着順				
事業名 *詳細は、ポスターでご確認ください	実施日	実施時間	場所・定員	期間
★理学療法士が伝える ”内部疾患・身体症状予防のまとめ”	16日(木)	14:30～15:30	洋室20名	先着 12/21(土)～
★だいこんブラスと 観客のみなさんと一緒	18日(土)	11:00～12:00 (時間が変更になって おります!)	多目的ホール(2階) 150名	受付中
★スマホ初心者相談会 持ち物：ご自分のスマホ	23日(木)	14:00～16:00	生活相談室 12名	先着 12/20(金)～
★R6年度認知症予防講演会 「脳と芸術」(上映)	30日(木)	14:00～15:40	講習室30名	受付中
★大泉落語研究会 落語の会	2月3日(月)	14:00～15:30	多目的ホール(2階) 150名	先着 R7/1/4 (土)～

※開放事業と、ご案内は裏面に掲載しています