

申込み方法		事業名	実施日	時間	場所 定員	申込日 (発表日)
当日 直接会場		東京都スマホ相談	11日(水)	午後1時～4時	集会室	当日受付 (無料)
		健康相談	17日(火)	午後1時30分～3時30分	食堂	
		川柳の会 題「蹟く」※用紙のない方は事務所まで 取りに来てください。20日に提出します	20日(金)	午後1時30分～3時30分	集会室	
申込書のみ	先着	にこにこ体操6月 ※体操前に血圧測定	月曜 ①② 木曜 ③④ 土曜 ⑤⑥ ※コース制	①③⑤ 午前9時30分～10時 ②④⑥ 午前11時～11時30分	機能回復訓練室 各26名	5/22～
		あの歌この唄ピアノ歌	6日(金)	午後2時～3時	多目的ホール 110名	5/29～
		麻雀開放タイム ※申込時にルールをお受け取り下さい	25日(水)	午前9時15分 ～11時45分	娯楽室 16名	6/3～
先着	先着	ハープを使って認知症対策 「虫よけミスト」※材料費600円	6日(金)	午前10時～11時30分	講習室 6名(2名)	5/24～ 6/2
		手芸教室「舟」(全2回)	4日(水) 13日(金)	午後1時30分 ～3時30分	講習室 7名(3名)	5/24～
	抽選	座ったままヨガ ※飲み物・汗拭きタオル持参	12日(木)	午前10時～11時	講習室・娯楽室 25名	5/24～ 5/29 (6/2)
		健康体操レクリエーション ※上履き持参	27日(金)	午後1時30分～3時	集会室 15名	
		カラオケで合唱	30日(月)	午後2時～3時	集会室 20名	
季節の折り紙「バラのリース」 ※折り紙・はさみ・ホンド持参	10日(火)	午前10時～11時30分	講習室・娯楽室 20名			
TVゲームでボウリング ※どちらか1つお申し込みください	11日(水) 16日(月)	午後1時30分～3時	講習室 各12名			
申込書又は利用時間内の電話受付	先着	6/2午前9時～直接事務所申込み ※電話申込は()内の人数分で6/2の午後1時から受付、翌日からは9時受付				
		丹田呼吸法	20日(金)	午前10時～11時	講習室・娯楽室 20名(10名)	6/2～
		フレイル予防講座 「腰痛」	19日(木)	午後2時30分 ～3時30分	講習室・娯楽室 15名(10名)	
		カラオケ個人利用	24日(火) 30日(月)	午前9時～11時30分	集会室 各10名(5名)	
		スマホ初心者教室 ※スマホを持っている方対象	17日(火)	午前9時30分 ～11時30分	5階 集会室 各5名(3名)	
		行政書士講座 「遺言を自分で書いてみよう！」	17日(火)	【講演会】午後2時～3時 【個別相談】午後3時～4時30分	5階集会室1+2 20名(10名)	
		健康カラオケ	12日(木)	午後2時～3時45分	集会室 10名(5名)	
	아이폰講座 「調べもの(検索)」	10日(火)	午後1時～2時	講習室 6名(2名)		
	6/10午前9時～直接事務所申込み ※電話申込は()内の人数分で6/10の午後1時から受付、翌日からは9時受付					
	アンドロイド講座 「LINEを楽しもう スタンプ・無料通話」	25日(水)	午後1時～2時	講習室 6名(2名)	6/10 ～	
	西アフリカ文化を楽しもう 「ひょうたんのフーレ又はコカドラム」	24日(火)	午前10時～11時	講習室 10名(4名)		
	血管年齢測定会	25日(水)	午前9時15分 ～11時	集会室 18名(8名)		
	初心者向け 個別スマホ相談 ※LINE、アプリ、QRコード カメラ、地図の使い方など初心者向け	27日(金)	①午後1時～ 各30分 ②午後1時35分～ ③午後2時10分～ ④午後2時45分～ ⑤午後3時20分～	和室 各2名		
	スマホ初心者教室 ※スマホを持っている方対象	27日(金)	午前9時30分 ～11時30分	5階 集会室 各5名(3名)		
	口腔セルフケアの重要性	28日(土)	午前10時5分 ～10時35分	講習室 15名(5名)		
ミニ栄養講座	30日(月)	午後2時～3時	2階調理室 10名(6名)			