



7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	5日(金) 9日(火)	10:30~11:30	娯楽室・和室 15名	窓口申込み 6/20(木) ~ 6/25(火) 電話申込み 6/24(月) ~ 6/25(火) ★抽選発表★ 6/28(金)
★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	12日(金) 26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	2日(火)・16日(火) 19日(金)・23日(火) 30日(火)	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	17日(水) 24日(水)	10:00~ 1時間程度	娯楽室・和室 10名	
★輪投げ 持ち物: フェイスタオル、飲み物、室内履き	8日(月)	14:00~15:30	洋室10名	
★水彩色鉛筆を使ってみよう ~ ハルシュタット ~ 持ち物: 水拭き用ハンドタオル(汚れても良いもの)	10日(水)	10:00~11:30	生活相談室 10名	
★楽・楽 ボッチャ 持ち物: フェイスタオル、飲み物、室内履き	11日(木)	14:00~15:30	洋室12名	
★懐かしの小さな映画会(邦画)	17日(水)	14:00~ 終了まで	講習室30名	
★手工芸教室 ~山田さんの スクラッチで作る花火のカード~ 持ち物: 手をふくタオル	20日(土)	10:00~11:30	生活相談室 10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	22日(月)	10:00~11:30	講習室12名	
★スマホ教室 ~④スマホの基本と防災~	29日(月)	10:00~11:30	講習室20名	
★eスポーツボウリング 持ち物: フェイスタオル、飲み物、室内履き	31日(水)	14:00~15:30	洋室8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
★あなたとわたしのコンサート	8日(月)	14:00~15:00	多目的ホール100名	受付中
★理学療法士が伝えるフレイル予防講座 ”腰痛予防”	18日(木)	14:30~15:30	洋室20名	先着 (7/1~)
★スマホ初心者相談会 持ち物: ご自分のスマホ	25日(木)	14:00~16:00	生活相談室 12名	先着 (6/20~)
★いきいき栄養講座と 高齢者のためのちゃんにご飯	8月7日(水)	10:00~11:00	洋室15名	先着 (7/1~)

※開放事業、ご案内は裏面に掲載しています