



12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	6日(金) 10日(火)	10:30～11:30	娯楽室・和室 15名	窓口申込み 11/20(水) ～ 11/26(火) 電話申込み 11/25(月) ～ 11/26(火) 抽選発表 11/29(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	20日(金) 27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	3日(火)・13日(金) 17日(火)・24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	4日(水) 18日(水)	10:00～ 1時間程度	娯楽室・和室 10名	
★ボタニカルアート 持ち物：なし	7日・14日(土) 両日参加できる方	10:00～11:30	生活相談室 8名	
★輪投げ 持ち物：フェイスタオル、飲み物、室内履き	9日(月)	14:00～15:30	洋室10名	
★折り紙教室 ～ クリスマスツリー ～ 持ち物：なし	10日(火)	10:00～11:30	生活相談室 8名	
★水彩色鉛筆を使ってみよう ～ 乙女椿 ～ 持ち物：水拭き用ハンドタオル(汚れても良いもの)	11日(水)	10:00～11:30	生活相談室 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	11日(水)	14:00～15:30	洋室8名	
★楽・楽 ボッチャ 持ち物：フェイスタオル、飲み物、室内履き	17日(火)	14:00～15:30	洋室12名	
★手工芸教室 ～ 櫻原さんの しめ縄作り～ 持ち物：作品持ち帰り袋	21日(土)	14:00～15:30	生活相談室 10名	
★スマホ教室 ～①はじめてのスマートフォン体験～	23日(月)	10:00～11:30	講習室20名	
★囲碁ボール 持ち物：フェイスタオル、飲み物、室内履き	23日(月)	14:00～16:00	洋室12名	
★ネット関ボッチャ交流会	24日(火)	13:00～15:00	多目的ホール(2階) 11名	
★懐かしの小さな映画会	25日(水)	10:00～終了まで	講習室30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
★壁面飾り ～だるま～	16日(月)	10:00～11:30	洋室15名	先着 11/20(水)～
★理学療法士が伝える”脳卒中の予防”	19日(木)	14:30～15:30	洋室20名	先着 12/2(月)～
★スマホ初心者相談会 持ち物：ご自分のスマホ	26日(木)	14:00～16:00	生活相談室 12名	先着 11/20(水)～
★だいこんブラスと観客のみなさんと一緒	1月18日(土)	10:00～11:00	多目的ホール(2階) 150名	先着 12/2(月)～

※開放事業と、ご案内は裏面に掲載しています