

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<p>★映画鑑賞会★</p> <p>『殺しの烙印』 7月6日(土)9:30~11:10</p> <p>『赤い河』 7月7日(日)9:30~11:50</p> <p>『烙印』 7月21日(日)9:30~11:10</p> <p>『精霊流し』 7月28日(日)9:30~11:20</p> <p>※定員:各30名(申込先着順) ※申込みは、6月20日(木)から受付けます。</p>	<p>1</p> <p>★茶道教室・9:30♣</p> <p>★ホクシングエクササイズ&ストレッチ ・10:30♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練) ・13:00~16:00♥</p> <p>★向日美さんのピアノ教室・15:00♣</p>	<p>2</p> <p>★中国語教室・10:00♣</p> <p>★ウクレレで歌おう・10:30♥</p> <p>★初心者そろばん教室 ・13:30♣</p> <p>★ヨガ教室(火曜コース)・14:00♥</p> <p>★田所先生のピアノ教室・15:00♣</p>	<p>3</p> <p>★カーレット& 中央粋なまちトレーニング・10:00♥</p> <p>★気功・13:00♥</p> <p>★ハンドベル教室・14:40♥</p> <p>★オカリナ教室・15:40♥</p> <p>★いきいきいい声!・15:30♣</p> <p>～いつまでも素敵な声づくり教室～</p>	<p>4</p> <p>★ハードに運動 できます!</p> <p>★チェアロビ元気体操・10:00♥</p> <p>★ペリーさんの英会話教室 ①10:00,②11:10♣</p> <p>★パソコン教室・13:00</p> <p>★おとセン講習会・13:00♥</p> <p>★歯ッピーすまいる講座 ・14:00♥</p>	<p>5</p> <p>★浮世絵・江戸文化教室・10:30♣</p> <p>★日本舞踊のエクササイズ ・10:30♥</p> <p>★歴史への招待①・13:00♥</p> <p>★スマートフォン相談会 ・13:00♣</p>	<p>6</p> <p>★皆で手作り「一年花組」 ・10:00♣</p> <p>★映画鑑賞会・9:30♥ <殺しの烙印></p> <p>★囲碁・13:30(自主練習)</p> <p>★“Blue Hawaii” ・開演 14時(開場 13時30分) ※申込みは、6月17日(月)から受付けます。</p>
<p>!お風呂お休み 7</p> <p>★映画鑑賞会・9:30♥ <赤い河>ジョン・ウェイン</p> <p>★初心者ギター教室・10:00♣</p> <p>★初心者いきいき健康麻雀教室 ・13:00~16:00♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練) ・13:00~16:00♥</p>	<p>8</p> <p>★いきいき手話ダンス ・10:30♥</p> <p>★いきいき鉛筆画・13:00♣</p> <p>★フラダンス講習会・13:00♥</p> <p>★向日美さんのピアノ教室・15:00♣</p>	<p>9</p> <p>★リ・ゴムバンド体操 受付9:30 開始10:00♥</p> <p>★初心者教独教室・10:00♣</p> <p>★ペン・筆ペン教室・13:30♣</p> <p>★盆踊り講習会・13:30♥</p> <p>★児童と一緒に盆踊り・15:00♥</p> <p>★田所先生のピアノ教室・15:00♣</p>	<p>10</p> <p>敬老マッサージ受付 10日⇒17日</p> <p>!お風呂お休み</p> <p>★カーレット& 中央粋なまちトレーニング・10:00♥</p> <p>★スマホちよここと体験会・14:00♣ <ネット検索・乗換案内など></p> <p>★いきいき運動・14:00♥</p>	<p>11</p> <p>★健康タオル体操・10:00♥</p> <p>★やさしい英会話教室・10:00♣</p> <p>★異文化交流会・11:10♣</p> <p>★パソコン教室・13:00</p> <p>★陳式・太極拳・13:00♥</p> <p>★終活講座・14:00♣</p>	<p>12</p> <p>★書道教室・10:00♣</p> <p>★粋トレ&脳トレ体操 ・10:00♥</p> <p>★歴史への招待②・13:00♥</p> <p>★スマートフォン体験会 ・13:00♣</p>	<p>13</p> <p>★健康吹き矢・10:00♥ (自主練)</p> <p>★心と身体の体操・10:30♣</p> <p>★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥</p>
<p>!お風呂お休み 14</p> <p>◎8月運動系講座・申込開始日 ・9:00♥</p> <p>★歴史探索教室・10:30♣</p> <p>★初心者いきいき健康麻雀教室 ・13:00~16:00♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練) ・13:00~16:00♥</p>	<p>15</p> <p>★ハマツョ教室・10:00♣ <手作り></p> <p>★ホクシングエクササイズ&ストレッチ ・10:30♥</p> <p>★初心者社交ダンス講習会 (7/15⇒29に変更)</p> <p>★向日美さんのピアノ教室・15:00♣</p>	<p>16</p> <p>★中国語教室・10:00♣</p> <p>★陳式・太極拳・11:10♥</p> <p>★初心者そろばん教室 ・13:30♣</p> <p>★ヨガ教室(火曜コース)・14:00♥</p> <p>★田所先生のピアノ教室・15:00♣</p>	<p>17</p> <p>敬老マッサージ 受付終了 16:00</p> <p>★健康セミナー・10:30♥ ～介護の不安を解決! 今から知る・始める 介護のそなえ～</p> <p>★血管年齢測定会・11:30♥</p> <p>★気功・13:00♥</p> <p>★ハンドベル教室・14:40♥</p> <p>★オカリナ教室・15:40♥</p> <p>★いきいきいい声!・15:30♣</p> <p>～いつまでも素敵な声づくり教室～</p>	<p>18</p> <p>★ハードに運動 できます!</p> <p>★チェアロビ元気体操・10:00♥</p> <p>★ペリーさんの英会話教室 ①10:00,②11:10♣</p> <p>★パソコン教室・13:00</p> <p>★いきいき教室(音楽指導) ・14:00♥</p>	<p>19</p> <p>敬老マッサージ 抽選発表 9時</p> <p>★かんたんちぎり絵・10:00♣ (7/19⇒31に変更)</p> <p>★日本舞踊のエクササイズ ・10:30♥</p> <p>★歴史への招待③・13:00♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練) ・13:00~16:00♣</p>	<p>20</p> <p>★心と身体の体操・10:30♣</p> <p>★将棋・13:00(自主練習)</p> <p>★囲碁・13:30(自主練習)</p> <p>★“ジャズトリオコンサート” ・開演 14時(開場 13時30分) ※申込みは、6月24日(月)から受付けます。</p>
<p>!お風呂お休み 21</p> <p>★映画鑑賞会・9:30♥ <烙印>アラン・ラッド</p> <p>★初心者ギター教室・10:00♣</p> <p>★初心者いきいき健康麻雀教室 ・13:00~16:00♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練) ・13:00~16:00♥</p>	<p>22</p> <p>★いきいき手話ダンス ・10:30♥</p> <p>★いきいき鉛筆画・13:00♣</p> <p>★フラダンス講習会・13:00♥</p> <p>★向日美さんのピアノ教室・15:00♣</p>	<p>23</p> <p>★リ・ゴムバンド体操 受付9:30 開始10:00♥</p> <p>★初心者教独教室・10:00♣</p> <p>★ペン・筆ペン教室・13:30♣</p> <p>★盆踊り講習会・13:30♥</p>	<p>24</p> <p>!お風呂お休み</p> <p>★敬老マッサージ・10:40♥</p> <p>★ハーハーハート教室・10:00♣ <立体折紙> 花火</p> <p>★スマホちよここと体験会・14:00♣ <カメラ・スクリーンショットなど></p>	<p>25</p> <p>★健康タオル体操・10:00♥</p> <p>★やさしい英会話教室・10:00♣</p> <p>★異文化交流会・11:10♣</p> <p>★パソコン教室・13:00</p> <p>★簡単エアロ14:00♥</p>	<p>26</p> <p>★書道教室・10:00♣</p> <p>★粋トレ&脳トレ体操・9:20♥ ※時間が変更されました!</p> <p>★歴史への招待④・13:00♥</p> <p>★スマートフォン体験会 ・13:00♣</p>	<p>27</p> <p>★健康吹き矢・10:00♥ (自主練)</p> <p>★健康長寿講座・10:30♣ “100歳を元気で迎えるために 様々なテーマで講義します。”</p> <p>★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥</p>
<p>!お風呂お休み 28</p> <p>★歴史探索教室・10:30♣</p> <p>★映画鑑賞会・9:30♥ <精霊流し></p> <p>★将棋・13:00(自主練習)</p> <p>★初心者いきいき健康麻雀教室 ・13:00~16:00♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練) ・13:00~16:00♥</p>	<p>29</p> <p>★第118回わなげ大会・10:00♥</p> <p>★初心者社交ダンス講習会 ・13:30♥</p>	<p>30</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練) ・13:00~16:00♥</p> <p>7/19(金)から変更</p> <p>7/15から変更</p>	<p>31</p> <p>★カーレット& 中央粋なまちトレーニング・10:00♥</p> <p>★かんたんちぎり絵・10:00♣</p>	<p>★健康セミナー★ ～介護の不安を解決! 今から知る・始める 介護のそなえ～</p> <p>7月17日(水) 10:30~11:30 いきいき浜町 大広間 定員 30名 (当日申込先着順)</p> <p>血管年齢測定会 11:30~12:00 いきいき浜町 大広間 定員 30名 (当日申込先着順)</p>		<p>★ジャズトリオコンサート★</p> <p><出演> 朝倉 和子 (ピアノ) 山口 俊治 (ベース) 金田 守正 (ドラム)</p> <p>7月20日(土) 開演 14時(開場 13時30分) いきいき浜町 大広間 定員 60名(申込先着順)</p> <p>※申込みは、6月24日(月)から受付けます。</p> <p>プログラム▶ 結業 Misty A列車で行こう ...他</p>

◎8月運動系講座の申込みは、7月14日(日)から受付けます。

◎「社交ダンス講習会」が7月15日から29日に変更、「粋トレ脳トレ体操」の7月26日の開始時刻が9:20に変更(今回のみ)。

◎「東京都スマートフォン体験会」7月～8月(全4回)の申込期間は6月1日(土)～7月4日(木)です。(先着順) ◎「東京都スマートフォン相談会」7月5日(金)は当日受付です。(先着順)

◎「スマホちよここと体験会」7月分は、7月1日(月)から受付けます。(先着順)

◎「向日美さんのピアノ教室」・「田所先生のピアノ教室」7月分 及び「いきいき健康麻雀(自主練習)」・「映画鑑賞会」7月分の申込みは、6月20日(木)から受付けます。(先着順)

◎「いきいきいい声!～いつまでも素敵な声づくり教室～」7月～9月(3ヶ月コース)は、6月20日(木)から受付けます。(先着順)

◎「初心者いきいき健康麻雀教室」8月～11月(4ヶ月コース)は、7月20日(土)から受付けます。(先着順)

※夏季延長のお知らせ『いきいき館で涼みませんか?』7月1日(月)～9月8日(日)まで、開館時間を1時間延長し、午前9時～午後6時までご利用できます。

★印は定員があります。

☆印は当日申込み先着順です。

詳細は、受付にてご確認ください。

※社会情勢により予定が変更されることがあります。

ご確認ください。

※マスクの着用は、個人の判断になります。

・♥大広間
・♣教養室
・無印 医務室・ロビー