



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>『クレオパトラ』 11月3日(日)9:30~11:10</p> <p>『類人猿ターザン』 11月17日(日)9:30~11:10</p> <p>『地上より永遠に』 11月24日(日)9:30~11:30</p> <p>『罪と罰』 11月29日(金)9:30~11:00</p> <p>※定員:各30名(申込先着順) ※申込みは、10月20日(日)から受付可。</p>	<p>いきいき館まつり</p> <p>“テナー・サクソフォーン &amp; ギター オータム・セッション”</p> <p>&lt;出演&gt; 菅川トオル(テナー・サクソフォーン) 鈴木敏幸(ギター)</p> <p>11月2日(土) 開演 14:00(開場13:30) いきいき浜町 大広間 定員 60名(申込先着順)</p> <p>※申込みは、10月18日(金)から受付可。</p>	<p>オータムコンサート</p> <p>♪浜町歌声コンサート♪</p> <p>&lt;出演&gt; リバーシティダンディーズ</p> <p>11月30日(土) 開演 14:00(開場13:30) いきいき浜町 大広間 定員 50名(申込先着順)</p> <p>※申込みは、11月1日(金)から受付可。</p>	<p>★健康セミナー★</p> <p>“最適な「MYライフ&amp;エンディング」を考えよう”</p> <p>◎ライフプランを考える ◎エンディングプランを考える</p> <p>11月20日(水) 10:30~11:30 いきいき浜町 教養室 定員 24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 教養室 定員 24名(当日申込先着順)</p>	1	2	
<p>★映画鑑賞会・9:30♥ &lt;クレオパトラ&gt;</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>★茶道教室・9:30♣</p> <p>★ホクシングエクササイズ&amp;ストレッチ ・10:30♥</p> <p>★カーレット&amp; 中央粋なまちトレーニング・13:00♥</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>★多世代交流(有馬小学校3年生) ・9:15♥♣</p> <p>★カーレット &amp; &lt;児童と一緒に&gt; 中央粋なまちトレーニング・9:15♥</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>★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>★いきいき健康麻雀(自主練) ・13:00~16:00♥</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>★皆で手作り「一年花組」・10:00♣</p> <p>★囲碁・13:30(自主練習)</p> <p>いきいき館まつり</p> <p>★“テナー・サクソフォーン &amp; ギター・オータム・セッション” ・開演 14:00(開場13:30)♥</p> <p>※申込みは、10月18日(金)から受付可。</p>
<p>!お風呂お休み 3</p>	4	5	6	7	8	9
<p>◎12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>★いきいき手話ダンス ・10:30♥</p>	<p>★リ・ゴムバンド体操 受付9:30 開始10:00♥</p> <p>★初心者数独教室・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>★田所先生のピアノ教室・15:00♣</p>	<p>敬老マッサージ受付 13日~20日</p> <p>★健康づくり&amp;フレイル予防・10:30♣</p> <p>&lt;運動機能&gt;</p> <p>★スマホちょこっと体験会・14:00♣</p> <p>&lt;ネット検索・乗換案内など&gt;</p> <p>★いきいき運動・14:00♥</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>★かんたんちぎり絵・10:00♣</p> <p>★日本舞踊のエクササイズ ・10:30♥</p> <p>★歴史への招待②・13:00♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練) ・13:00~16:00♣</p> <p>★多世代交流:児童と一緒にカーレット ・15:00~16:00♥</p>	<p>★心と身体の体操- 講師都合により休講</p> <p>★第122回わなげ大会・10:00♥</p> <p>★将棋・13:00(自主練習)</p> <p>★囲碁・13:30(自主練習)</p>
<p>!お風呂お休み 10</p>	11	12	13	14	15	16
<p>★映画鑑賞会・9:30♥ &lt;類人猿ターザン&gt;</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>★ハマッコ教室・10:00♣ &lt;手作り&gt;</p> <p>★ホクシングエクササイズ&amp;ストレッチ ・10:30♥</p> <p>★初心者社交ダンス講習会 ・13:30♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練) ・13:00~16:00♣</p> <p>★「浜町 鉛筆画展」 開催期間:18日(月)~23日(土)15:00迄</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>敬老マッサージ 受付終了16:00</p> <p>★健康セミナー・10:30♣</p> <p>“最適な「MYライフ&amp;エンディング」を考えよう”</p> <p>◎ライフプランを考える ◎エンディングプランを考える</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>★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>★書道教室・10:00♣</p> <p>★粋トレ&amp;脳トレ体操・10:00♥</p> <p>★歴史への招待③・13:00♥</p> <p>★スマートフォン体験会・13:00♣</p>	<p>★健康吹き矢・10:00♥ (自主練)</p> <p>★健康長寿講座・10:30♣</p> <p>“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 17</p>	18	19	20	21	22	23
<p>★映画鑑賞会・9:30♥ &lt;地上より永遠に&gt;</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>★いきいき手話ダンス ・10:30♥</p>	<p>★リ・ゴムバンド体操 受付9:30 開始10:00♥</p> <p>★初心者数独教室・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>★敬老マッサージ 受付終了16:00</p> <p>★健康セミナー・10:30♣</p> <p>“最適な「MYライフ&amp;エンディング」を考えよう”</p> <p>◎ライフプランを考える ◎エンディングプランを考える</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>★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>★書道教室・10:00♣</p> <p>★粋トレ&amp;脳トレ体操・10:00♥</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>★健康吹き矢・10:00♥ (自主練)</p> <p>★健康長寿講座・10:30♣</p> <p>★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥</p>
<p>!お風呂お休み 24</p>	25	26	27	28	29	30
<p>★映画鑑賞会・9:30♥ &lt;地上より永遠に&gt;</p> <p>★歴史探索教室・10:30♣</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>★いきいき手話ダンス ・10:30♥</p>	<p>★リ・ゴムバンド体操 受付9:30 開始10:00♥</p> <p>★初心者数独教室・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>★敬老マッサージ・10:40♥</p> <p>★ペーパーハート教室 ・10:00♣ &lt;立体折紙&gt;</p> <p>★スマホちょこっと体験会・14:00♣</p> <p>&lt;カメラ・スクリーンショットなど&gt;</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>★映画鑑賞会・9:30♥ &lt;罪と罰&gt;</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練) ・13:00~16:00♣</p> <p>★お披露目会・14:00♥</p>	<p>★カーレット &amp; 中央粋なまちトレーニング・9:30♥</p> <p>オータムコンサート</p> <p>★“浜町歌声コンサート” ・開演14:00(開場13:30)♥</p> <p>※申込みは、11月1日(金)から受付可。</p>

お知らせ

- ◎12月運動系講座の申込みは、11月10日(日)から受付可。(先着順)
- ◎「浜町 鉛筆画展」を11月18日(月)~23日(土)15:00迄、開催します。
- ◎「映画鑑賞会」・「いきいき健康麻雀(自主練習)」・「田所先生のピアノ教室」11月分は、10月20日(日)から受付可。(先着順)
- ◎「スマホちょこっと体験会」11月分は、11月1日(金)から受付可。(先着順)
- ◎「東京都スマートフォン相談会」11月1日(金)は、当日受付です。(先着順)
- ◎「東京都スマートフォン体験会」4回コース:11月8日・22日 & 12月13日・27日の申込みは、10月31日(木)に締切ります。
- ◎「初心者いきいき健康麻雀教室」12月~翌年3月(4ヶ月コース)の申込みは、11月1日(金)から受付可。

★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