



2025年

12月



いきいき浜町 行事予定



3669-3385

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
★ 映画鑑賞会 ★ 『オーストラリア物語』 12月7(日)・9:30♥(上映時間84分) 『海賊バクーダ』 12月21(日)・9:30♥(上映時間100分) 『ニューオリンズの酒場』 12月28(日)・9:30♥(上映時間100分) ※定員:各30名(申込先着順) ※申込みは、11月20日(木)から受け付けます。	1 ※茶道教室は、12月8日に変更! ★楽しい中国語教室・10:00♠ ★かんたんちぎり絵・10:00♣ (12/19から12/1に変更) ★ボクシングエクササイズ&ストレッチ・ 10:30♥ ★フラダンス講習会・13:00♥ (12/8から12/1に変更) ☆生きがい相談・14:00医務室	2 ★ウクレレで歌おう・10:30♥ ★初心者そろばん教室・13:30♣ ★ヨガ教室(火曜コース)・14:00♥ ★田所先生のピアノ教室・15:00♣	3 ★カーレット& 中央幹なまちトレーニング・10:00♥ ★気功・13:00♥ ★ハンドベル教室・14:40♥ ★オカリーナ教室・15:40♥ ★いきいき素敵な声づくり・15:30♣	4 ★チエアロビ元気体操・10:00♥ ★トレバーさんの英会話教室 (1)10:00,(2)11:10♣ ★パソコン教室・13:00 ★歯ツッピーすまいる講座・14:00♥ ★歯ツッピーすまいる講座・14:00♥ ★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣	5 ★浮世絵セミナー・10:30♣ ★日本舞踊エクササイズ ※講師都合により、休講! ★歴史への招待Ⓐ・13:00♥ ★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00～16:00♣	6 ☆皆で手作り「一年花組」・10:00♣ ☆第32回 健康吹き矢大会 ・10:00♥ ☆囲碁(自主練習)・13:30 ☆第134回わなげ大会 ・14:00♥
!お風呂お休み 7	8 ★茶道教室・9:30♣ <オーストラリア物語>	9 ★さわやか体操リーダーゴムバンド体操 受付9:30 開始10:00(定員:15名) ★初心者数独教室・10:00♣ ★健康相談・13:30医務室 ★いきいき鉛筆画・13:00♣	10 敬老マッサージ受付 10日～17日 !お風呂お休み	11 ★力レット& 中央幹なまちトレーニング・10:00♥ ★スマホちょっと体験会 ・14:00♣	12 ★健康タオル体操・10:00♥ ★やさしい英会話教室・10:00♣ ★異文化交流会・11:10♣ ★パソコン教室・13:00 ★陳式太極拳・13:00♥	13 ★書道教室・10:00♣ ★スマートフォン教室・13:00♣ (全4回コース) ★心と身体の体操(朗読教室)10:30♣
★映画鑑賞会・9:30♥ <オーストラリア物語>	★いきいき手話ダンス・10:30♥ ★初心者数独教室・10:00♣ ★健康相談・13:30医務室 ★いきいき鉛筆画・13:00♣	★盆踊り講習会・13:30♥ ★田所先生のピアノ教室・15:00♣	★盆踊り講習会・13:30♥ ★いきいき運動・14:00♥ ★田所先生のピアノ教室・15:00♣	★最終活講座は、27日に変更! ★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣	★歌唱指導・14:00♥ あなたも歌手になれるかも… お気軽にご参加ください!	★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥
★ギター教室・10:00♣ ギター	★いきいき手話ダンス・10:30♥ ★初心者数独教室・10:00♣ ★健康相談・13:30医務室 ★いきいき鉛筆画・13:00♣	★盆踊り講習会・13:30♥ ★田所先生のピアノ教室・15:00♣	★盆踊り講習会・13:30♥ ★いきいき運動・14:00♥ ★田所先生のピアノ教室・15:00♣	★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣	敬老マッサージ 抽選発表 9:00	19 ★歴史への招待Ⓑ・10:00♥
!お風呂お休み 14	15	16 ★ハマツチヨ教室・10:00♣<手作り> ★ボクシングエクササイズ&ストレッチ ・10:30♥ ★初心者社交ダンス講習会 13:30♥	17 敬老マッサージ 受付終了 16:00	18 ★健康推進講座(明治安田)・10:30♣ ~笑顔を運ぶ「遺言」の話~ ★チエアロビ元気体操・10:00♥ ★トレバーさんの英会話教室 (1)10:00,(2)11:10♣ ★スマホちょっと体験会 ・14:00♣	19 ★健康タオル体操・10:00♥ ★やさしい英会話教室・10:00♣ ★異文化交流会・11:10♣ ★パソコン教室・13:00 ★陳式太極拳・13:00♥	20 ★書道教室・10:00♣ ★スマートフォン教室・13:00♣ (全4回コース) ★心と身体の体操(朗読教室)10:30♣
◎1月運動系講座・申込開始日 ・9:00♥	★歴史探索教室・10:30♣ 歴史探索教室	★陳式太極拳・11:10♥ ★初心者社交ダンス講習会 13:30♥	★血管年齢測定会・11:30♣	★パソコン教室・13:00 ★歌声広場・14:00♥ ★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣	★日本舞踊エクササイズ ・10:30♥ ★歴史への招待Ⓐ・13:00♥ ★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00～16:00♣	☆将棋(自主練習)・13:00 ☆囲碁(自主練習)・13:30 ☆クリスマスイベント リサイクルビンゴ大会・14:00♥
★いきいき健康麻雀教室(初心者) ・13:00～16:00♥	★おとせん講座・14:00♣ おとせん講座	★田所先生のピアノ教室・15:00♣	★いきいき鉛筆画・13:00♣	★スマホちょっと体験会 ・14:00♣	★歴史への招待Ⓑ・10:00♥ ★スマートフォン教室・13:00♣ (全4回コース) ★心と身体の体操(朗読教室)10:30♣	☆将棋(自主練習)・13:00 ☆囲碁(自主練習)・13:30 ☆クリスマスイベント リサイクルビンゴ大会・14:00♥
★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00～16:00♣	～冬の健康管理～ ～冬の健康管理～	★田所先生のピアノ教室・15:00♣	★いきいき素敵な声づくり・15:30♣	★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣	★歴史への招待Ⓐ・13:00♥ ★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00～16:00♣	年内お風呂最終日
!お風呂お休み 21	22	23 ☆いきいき手話ダンス ・10:30♥ ★初心者数独教室・10:00♣ ★筆ペン・ペン習字講座・13:30♣ ★スマホちょっと体験会 ・14:00♣	24 !お風呂お休み	25 ★ペーパーハート教室・10:00♣ ★敬老マッサージ・10:40♥ ★スマホちょっと体験会 ・14:00♣	26 ★健康タオル体操・10:00♥ ★やさしい英会話教室・10:00♣ ★異文化交流会・11:10♣ ★パソコン教室・13:00 ★簡単エアロ14:00♥ ★スマホちょっと体験会 ・14:00♣	27 ★歴史への招待Ⓑ・10:00♥ ★スマートフォン教室・13:00♣ ★健康長寿講座・10:30♣ 毎月、「健康長寿」について テーマを変えて講義します。 ★終活講座・14:00♣ (12月11日から27日に変更) ★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥
!お風呂お休み 28	12月29日(月)～1月3日(土)まで休館します。					27 ★歴史への招待Ⓑ・10:00♥ ★スマートフォン教室・13:00♣ ★健康長寿講座・10:30♣ 毎月、「健康長寿」について テーマを変えて講義します。 ★終活講座・14:00♣ (12月11日から27日に変更) ★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥
★映画鑑賞会・9:30♥ <海賊バラクーダ>	★いきいき手話ダンス ・10:30♥	★さわやか体操リーダーゴムバンド体操 受付9:30 開始10:00(定員:15名)	★ペーパーハート教室・10:00♣ ★スマホちょっと体験会 ・14:00♣	★健康タオル体操・10:00♥ ★やさしい英会話教室・10:00♣ ★異文化交流会・11:10♣ ★パソコン教室・13:00 ★簡単エアロ14:00♥ ★スマホちょっと体験会 ・14:00♣	★書道教室・10:00♣ ★スマートフォン教室・13:00♣ (全4回コース) ★心と身体の体操(朗読教室)10:30♣	★歴史への招待Ⓑ・10:00♥ ★スマートフォン教室・13:00♣ ★健康長寿講座・10:30♣ 毎月、「健康長寿」について テーマを変えて講義します。 ★終活講座・14:00♣ (12月11日から27日に変更) ★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥
★ギター教室・10:00♣ ギター	★いきいき鉛筆画・13:00♣ ★スマホちょっと体験会 ・14:00♣	★筆ペン・ペン習字講座・13:30♣ ★盆踊り講習会・13:30♥	★スマホちょっと体験会 ・14:00♣	★スマホちょっと体験会 ・14:00♣	★歴史への招待Ⓑ・10:00♥ ★スマートフォン教室・13:00♣ ★健康長寿講座・10:30♣ 毎月、「健康長寿」について テーマを変えて講義します。 ★終活講座・14:00♣ (12月11日から27日に変更) ★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥	年内お風呂最終日
★いきいき健康麻雀教室(初心者) ・13:00～16:00♥	★スマホちょっと体験会 ・14:00♣	★盆踊り講習会・13:30♥	★スマホちょっと体験会 ・14:00♣	★スマホちょっと体験会 ・14:00♣	★歴史への招待Ⓑ・10:00♥ ★スマートフォン教室・13:00♣ ★健康長寿講座・10:30♣ 毎月、「健康長寿」について テーマを変えて講義します。 ★終活講座・14:00♣ (12月11日から27日に変更) ★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥	年内お風呂最終日
★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00～16:00♣						

歯ツッピーすまいる講座

講師 加藤弘文先生

12月4日(木)

14:00～15:00

いきいき浜町 大広間

定員 24名(当日申込先着順)

第32回 健康吹き矢大会

12月6日(土)

10:00～

※未経験の方、
観覧できます。

★ 健康推進講座(明治安田)★

“私と家族の「そうぞく」講座”

(遺言の書き方)

～笑顔を運ぶ「遺言」の話～

12月17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)

リサイクルビンゴ大会

12月20日(土) 14:00～

いきいき浜町 大広間

定員 60名(当日申込先着順)

◎リサイクル品募集期間 12月3日(水)～12月13日(土)

◎リサイクル品展示期間 12月15日(月)～12月19日(金)

◎ピンゴカードを、当日配布します!

【お知らせ】

◎1月運動系講座の申込みは、12月14日(日)朝9時から受付けます。(先着順)

◎「映画鑑賞会」「いきいき健康麻雀(自主練習)」12月分は、11月20日(木)から受付けます。(先着順)

◎「向日葵さんのピアノ教室」「田所先生のピアノ教室」12月分は、11月20日(木)から隔月受講申込で受付けます。(先着順)

◎「いきいき健康麻雀教室(初心者)」4ヶ月コース(12月～翌年3月)の申込みは、11月20日(木)から受付けます。(先着順)

◎「スマホちょっと体験会」12月分は、12月1日(月)から受付けます。(定員:8名、先着順)

◎「東京都スマートフォン教室」4回コース、翌年1月9日・23日 & 2月13日・27日の申込みは、12月1日(月)～23日(火)です。(先着順)

◎「いきいき素敵な声づくり」1月～3月(3ヶ月コース)の申込みは、12月1日(月)から受付けます。(先着順)

◎「茶道教室」12月1日(月)は、講師都合により12月8日(月)に変更になります。

◎「茶道教室」12月8日(月)と「かんたんちぎり絵」12月19日(金)は、講師都合により、いずれも12月1日(月)に変更になります。

直接、館でお申し込み下さい。

★印は、定員があります。受付にて承ります。

★印は、当日申込で定員があります。

毎月第2・第4水曜日(ふれあい入浴デー)、日曜日のお風呂はお休みです。

敬老マッサージのお申込み受付は、10日(水)～17日(水)です。

抽選・発表は19日(金)です。

都合により予定が変更されることがあります。お電話等でご確認ください。

大広間

教養室

無印 医務室・ロビー

