

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(日)・9:30♥(上映時間84分) 『海賊バラクーダ』 12月21日(日)・9:30♥(上映時間100分) 『ニューオリンズの酒場』 12月28日(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)から受付けます。	1 ※茶道教室は、12月8日に変更！ ★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 ★楽しい中国語教室・10:00♣ ★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&中央粋なまちトレーニング・10:00♥ ★気功・13:00♥ ★ハンドベル教室・14:40♥ ★オカリナ教室・15:40♥ ★いきいき素敵な声づくり・15:30♣ 敬老マッサージ 受付 10日～17日	4 ★チェアロビ元気体操・10:00♥ ★トレバーさんの英会話教室①10:00,②11:10♣ ★パソコン教室・13:00 ★歯ッピーすまいる講座・14:00♥ ★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣ ハードに運動できます！	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①・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	9	10	11	12	13
★映画鑑賞会・9:30♥ ＜オーストラリア物語＞ ★ギター教室・10:00♣ ★いきいき健康麻雀教室(初心者)・13:00～16:00♥ ★いきいき健康麻雀(自主練習)・13:00～16:00♣	★茶道教室・9:30♣ (12/1から12/8に変更) ★いきいき手話ダンス・10:30♥ ★いきいき鉛筆画・13:00♣ ※フラダンス講習会は、12月1日に変更！ ★いきいき健康麻雀(自主練習)・13:00～16:00♥	★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 ★筆ペン・ペン習字講座・13:30♣ ★盆踊り講習会・13:30♥ ★田所先生のピアノ教室・15:00♣	★カーレット&中央粋なまちトレーニング・10:00♥ ★スマホちょこっと体験会・14:00♣ ★いきいき運動・14:00♥ 敬老マッサージ 受付終了 16:00	★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 ★陳式太極拳・13:00♥ ★終活講座は、27日に変更！ ★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣ ハードに運動できます！	★書道教室・10:00♣ ★中央粋なまちトレーニング&脳トレ・10:00♥ ★スマートフォン教室・13:00♣ (全4回コース) ★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！ 敬老マッサージ 抽選発表 9:00	★歴史への招待②・10:00♥ ★心と身体の体操(朗読教室)10:30♣ ★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥
！お風呂お休み 14	15	16	17	18	19	20
◎1月運動系講座・申込開始日・9:00♥ ★歴史探索教室・10:30♣ ★いきいき健康麻雀教室(初心者)・13:00～16:00♥ ★いきいき健康麻雀(自主練習)・13:00～16:00♣	★ハマツチョ教室・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♥ ★おとセン講座・14:00♣ ～冬の健康管理～	★楽しい中国語教室・10:00♣ ★陳式太極拳・11:10♥ ★初心者そろばん教室・13:30♣ (12/17(水)13:30に変更)→→→ ★ヨガ教室(火曜コース)・14:00♥ ★田所先生のピアノ教室・15:00♣	★健康推進講座(明治安田)・10:30♣ ～笑顔を運ぶ「遺言」の話～ ★血管年齢測定会・11:30♣ ★気功・13:00♥ ★ハンドベル教室・14:40♥ ★オカリナ教室・15:40♥ ★いきいき素敵な声づくり・15:30♣ ！お風呂お休み 24	★チェアロビ元気体操・10:00♥ ★トレバーさんの英会話教室①10:00,②11:10♣ ★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♣	※かんたんちぎり絵は、12月1日に変更！ ★日本舞踊エクササイズ・10:30♥ ★歴史への招待③・13:00♥ ★いきいき健康麻雀(自主練習)・13:00～16:00♣ 敬老マッサージ 抽選発表 9:00	★健康吹き矢(自主練習)・10:00♥ ★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♥ ！年内お風呂最終日
！お風呂お休み 21	22	23	24	25	26	27
★映画鑑賞会・9:30♥ ＜海賊バラクーダ＞ ★ギター教室・10:00♣ ★いきいき健康麻雀教室(初心者)・13:00～16:00♥ ★いきいき健康麻雀(自主練習)・13:00～16:00♣	★いきいき手話ダンス・10:30♥ ★いきいき鉛筆画・13:00♣ ★フラダンス講習会・13:00♥	★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♣ ★筆ペン・ペン習字講座・13:30♣ ★盆踊り講習会・13:30♥	★ペーパーハート教室・10:00♣ ★敬老マッサージ・10:40♥ ★スマホちょこっと体験会・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♥ ★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣	★書道教室・10:00♣ ★中央粋なまちトレーニング&脳トレ・10:00♥ ★スマートフォン教室・13:00♣ (全4回コース) ★カーレット&中央粋なまちトレーニング・14:00♥	★歴史への招待④・10:00♥ ★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。					
★映画鑑賞会・9:30♥ ＜ニューオリンズの酒場＞ ★歴史探索教室・10:30♣ ★将棋(自主練習)・13:00 ★いきいき健康麻雀教室(初心者)・13:00～16:00♥ ★いきいき健康麻雀(自主練習)・13:00～16:00♣	歯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 教室 定員 24名 (当日申込先着順) 血管年齢測定会 11:30～12:00 いきいき浜町 教室 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) ◎ビンゴカードを、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) ◎「スマホちょこっと体験会」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。 ◎「フラダンス講習会」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 ♣ 教室 無印 医務室・ロビー			★ 年末年始のお知らせ ★ 12月29日(月)～1月3日(土)まで休館します。 新年は、1月4日(日)から開館します。 お風呂は、1月5日(月)から入浴できます。 来年は午年です。 来年も良い年でありますように。 どうぞ、良いお年をお迎えください。			