

2026年

1月



いきいき浜町 行事予定



☎ 3669-3385

R7.12.20



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<div>★ 映画鑑賞会 ★ 『プリマス・アドベンチャー』 1月4日(日)・9:30♥(上映時間104分) 『流刑の大陸』 1月18日(日)・9:30♥(上映時間94分) 『王家の末裔』 1月25日(日)・9:30♥(上映時間93分) ※定員:各30名(申込先着順) ※申込みは、12月20日(土)から受付けます。</div>	<div>☆ 健康推進講座 (明治安田) ☆ (介護)“フレイル予防学習編” 人生100年時代 自分の人生は自分で選ぶ！創る！ 1月21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) 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)</div>	<div>新春のつどい マンドリン演奏会 &amp; フラダンス &lt;演奏&gt; 銀座マンドリンアンサンブル &lt;フラダンス&gt; マルヒア フラダンスチーム 1月17日(土) 開演 14:00 (開場 13:30) いきいき浜町 大広間 50名(申込先着順) ※申込みは、1月4日(日)から受付けます。</div>	<div>“干支午年ちりめん絵馬の かんたん押絵”教室 ～ 初心者の方、歓迎！ 一緒に楽しく手作りしましょう！～ 1月30日(金) 14:00～15:00 いきいき浜町 教養室 定員 24名 ※ 申込みは、1月4日(日)から 受付けます。</div>	1	2	3
<div>* 年末年始のお知らせ *</div> <div>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。 今年は午年です。 本年も良い年でありますように。</div>						
！お風呂お休み 4	5	6	7	8	9	10
★映画鑑賞会・9:30♥ <プリマス・アドベンチャー> ★ギター教室・10:00♣	★茶道教室・9:30♣ ★ボクシングエクササイズ&ストレッチ ・10:30♥	★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♣	★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♥ ★いきいき素敵なお声づくり・15:30♣	★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・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) ★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！	★歴史への招待⑧・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 11	12	13	敬老マッサージ 受付 14日～21日	14 ！お風呂お休み	15	17
◎2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♥ ★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♣ ★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♥	★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・10:00♣ ★日本舞踊エクササイズ ・10:30♥ ★歴史への招待⑨・13:00♥ ☆多世代交流・15:00♥ “児童と一緒にわなげ・ゲームを楽しもう！”	★歴史への招待⑧・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 ★新春のつどい・(開演14:00) “マンドリン演奏会 & フラダンス”
！お風呂お休み 18	19	20	敬老マッサージ 受付終了 16:00	21	22	24
★映画鑑賞会・9:30♥ <流刑の大陸> ★ギター教室・10:00♣	★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♥ ★いきいき鉛筆画・13:00♣ (1/26から1/19に変更)	★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♣ ★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♣ (介護)フレイル予防学習編 人生100年自分の人生は自分で選ぶ！創る！ ★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♥ ★いきいき素敵なお声づくり・15:30♣	★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) ★歴史への招待⑩・13:00♥	※歴史への招待⑩は1/17に変更 ★健康吹き矢(自主練習)・10:00♥ (1/17から、1/24に変更) ★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。” ★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥
！お風呂お休み 25	26	27	28 ！お風呂お休み	29	30	31
★映画鑑賞会・9:30♥ <王家の末裔> ★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♣	☆いきいき手話ダンス ・10:30♥ ※いきいき鉛筆画は、1月19日に変更！ ★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♣	★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 ★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00～16:00♣ ★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣	★浮世絵セミナー・10:30♣ ★日本舞踊エクササイズ ・10:30♥ ★“干支午年ちりめん絵馬の かんたん押絵”教室 ・14:00♣ ※ 申込みは、1月4日(日)から受付けます。	★皆で手作り「一年花組」・10:00♣ ★健康吹き矢(自主練習) ・10:00♥ ★囲碁(自主練習)・13:30 ★第135回わなげ大会 ・14:00♥
直接、館でお申し込み下さい。				<div>★ 印は、定員があります。受付にて承ります。</div> <div>☆ 印は、当日申込で定員があります。</div> <div>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。</div> <div>敬老マッサージのお申込み受付は、14日(水)～21日(水)です。</div> <div>抽選・発表は23日(金)です。</div> <div>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。</div>		
◎2月運動系講座の申込みは、1月11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)」1月分は、12月20日(土)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」1月分は、12月20日(土)から隔月受講申込で受付けます。(先着順) ◎「スマホちょこっと体験会」1月分は、1月4日(日)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: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。(定員10名、先着順) ◎「いきいき素敵なお声づくり」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) ◎「いきいき鉛筆画」1月26日(月)は、講師都合により1月19日(月)に変更します。 ◎1月1日～3日の講座は、第5週目の1月29(木)～31日(土)に変更します。 ただし、「歴史への招待⑩」は、1月16日(金)と23日(金)、「歴史への招待⑧」は、1月10日(土)と17日(土)に変更します。				♥ 大広間 ♣ 教養室 無印 医務室・ロビー		

お知らせ

