



2026年

1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
<p>★ 映画鑑賞会 ★</p> <p>『プリマス・アドベンチャー』 1月4日(日)・9:30(上映時間104分)</p> <p>『流刑の大陸』 1月18日(日)・9:30(上映時間94分)</p> <p>『王家の末裔』 1月25日(日)・9:30(上映時間93分)</p> <p>※定員:各30名(申込先着順) ※申込みは、12月20日(土)から受け付けます。</p>	<p>★ 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!</p> <p>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)</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>	<p>新春のつどい</p> <p>マンドリン演奏会 & フラダンス</p> <p>< 演奏 > 銀座マンドリンアンサンブル < フラダンス > マルヒア フラダンスマネージメント</p> <p>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)</p> <p>※ 申込みは、1月4日(日)から受け付けます。</p>	<p>募集中! “干支午年ちりめん絵馬のかんたん押絵”教室</p> <p>~ 初心者の方、歓迎! 一緒に楽しく手作りしましょう! ~</p> <p>1月30日(金) 14:00~15:00 いきいき浜町 教養室 定員 24名</p> <p>※ 申込みは、1月4日(日)から受け付けます。</p>	<p>1</p> <p>* 年末年始のお知らせ *</p> <p>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。</p>	<p>2</p>	<p>3</p>
!お風呂お休み 4	5	6	7	8	9	10
<p>★映画鑑賞会・9:30 <プリマス・アドベンチャー></p> <p>★ギター教室・10:00</p>	<p>★茶道教室・9:30♣</p> <p>★ボクシングエクササイズ&ストレッチ ・10:30♥</p>	<p>★楽しい中国語教室・10:00♠</p> <p>★ウクレレで歌おう・10:30♥</p>	<p>★カーレット& 中央幹なまちトレーニング・10:00♥</p> <p>★初心者そろばん教室・13:30♣</p> <p>★気功・13:00♥</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>★書道教室・10:00♣</p> <p>★中央幹なまちトレーニング&脳トレ ・10:00♥</p> <p>★スマートフォン教室・13:00♣ (全4回コース)</p> <p>★心と身体の体操(朗読教室)10:30♣</p>	<p>★歴史への招待②・10:00♥</p>
<p>★いきいき健康麻雀教室(初心者) ・13:00~16:00♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00~16:00♣</p>	<p>★生きがい相談・14:00医務室</p>	<p>★ヨガ教室(火曜コース)・14:00</p>	<p>★ハンドベル教室・14:40♥</p> <p>★オカリーナ教室・15:40♥</p>	<p>★終活講座・14:00♣</p>	<p>★歌唱指導・14:00♥</p> <p>あなたも歌手になれるかも... お気軽にご参加ください!</p>	<p>★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥</p>
!お風呂お休み 11	12	13	14 !お風呂お休み	15	16	17
<p>◎2月運動系講座・申込開始日 ・9:00♥</p>	<p>★いきいき手話ダンス ・10:30♥</p>	<p>☆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)</p> <p>★初心者数独教室・10:00♣</p>	<p>★カーレット& 中央幹なまちトレーニング・10:00♥</p> <p>★筆ペン・ペン習字講座・13:30♣</p>	<p>★チエアロビ元気体操・10:00♥</p> <p>★トレバーさんの英会話教室 ①10:00,②11:10♣</p> <p>★スマホちょっと体験会 ・14:00♣</p> <p>★いきいき運動・14:00♥</p>	<p>★かんたんちぎり絵・10:00♣</p> <p>★日本舞踊エクササイズ ・10:30♥</p> <p>★歌声広場・14:00♥</p> <p>★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣</p>	<p>★歴史への招待②・10:00♥</p> <p>★心と身体の体操(朗読教室)10:30♣</p>
<p>☆歴史探索教室・10:30♣</p>	<p>★いきいき鉛筆画・13:00♣</p>	<p>★初心者数独教室・10:00♣</p>	<p>★盆踊り講習会・13:30♥</p>	<p>★パソコン教室・13:00</p>	<p>★将棋(自主練習)・13:00</p> <p>★囲碁(自主練習)・13:30</p> <p>★新春のつどい(開演14:00) “マンドリン演奏会 & フラダンス”</p>	
<p>★いきいき健康麻雀教室(初心者) ・13:00~16:00♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00~16:00♣</p>	<p>★フラダンス講習会・13:00♥</p>	<p>★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00~16:00♥</p>	<p>★田所先生のピアノ教室・15:00♣</p>	<p>★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣</p>	<p>★歴史への招待Ⓐ・13:00♥</p> <p>★多世代交流・15:00♥ “児童と一緒にわなげ・ゲームを楽しもう!”</p>	
!お風呂お休み 18	19	20	21	22	23	24
<p>★映画鑑賞会・9:30♥ <流刑の大陸></p> <p>★ギター教室・10:00♣</p>	<p>★ハマツチヨ教室・10:00♣<手作り></p> <p>★ボクシングエクササイズ&ストレッチ ・10:30♥</p> <p>★いきいき鉛筆画・13:00♣ (1/26から1/19に変更)</p>	<p>★楽しい中国語教室・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>★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♣</p> <p>★気功・13:00♥</p> <p>★ハンドベル教室・14:40♥</p> <p>★オカリーナ教室・15:40♥</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>★書道教室・10:00♣</p> <p>★中央幹なまちトレーニング&脳トレ ・10:00♥</p> <p>★スマートフォン教室・13:00♣ (全4回コース)</p> <p>★歴史への招待Ⓐ・13:00♥</p> <p>★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣</p>	<p>★歴史への招待Ⓑ・10:00♥</p> <p>※歴史への招待Ⓑは1/17に変更</p> <p>★健康吹き矢(自主練習)・10:00♥ (1/17から、1/24に変更)</p>
<p>★いきいき健康麻雀教室(初心者) ・13:00~16:00♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00~16:00♣</p>	<p>★初心者社交ダンス講習会 ・13:30♥</p>	<p>★田所先生のピアノ教室・15:00♣</p>	<p>★いきいき素敵な声づくり・15:30♣</p>	<p>★向日葵さんのピアノ教室・15:00♣</p>	<p>★健康長寿講座・10:30♣</p> <p>”毎月、「健康長寿」について テーマを変えて講義します。”</p> <p>★ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥</p>	
!お風呂お休み 25	26	27	28 !お風呂お休み	29	30	31
<p>★映画鑑賞会・9:30♥ <王家の末裔></p> <p>☆歴史探索教室・10:30♣</p> <p>☆将棋(自主練習)・13:00</p> <p>★いきいき健康麻雀教室(初心者) ・13:00~16:00♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00~16:00♣</p>	<p>★いきいき手話ダンス ・10:30♥</p> <p>※いきいき鉛筆画は、1月19日に変更!</p>	<p>☆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)</p> <p>★初心者数独教室・10:00♣</p> <p>★筆ペン・ペン習字講座・13:30♣</p>	<p>★ペーパーハート教室・10:00♣</p> <p>★敬老マッサージ・10:40♥</p> <p>★盆踊り講習会・13:30♥</p>	<p>★チエアロビ元気体操・10:00♥</p> <p>★トレバーさんの英会話教室 ①10:00,②11:10♣</p> <p>★スマホちょっと体験会 ・14:00♣</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00~16:00♣</p>	<p>★浮世絵セミナー・10:30♣</p> <p>★日本舞踊エクササイズ ・10:30♥</p> <p>★いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00~16:00♣</p> <p>★干支午年ちりめん絵馬のかんたん押絵”教室 ・14:00♣</p>	<p>☆皆で手作り「一年花組」・10:00♣</p> <p>☆健康吹き矢(自主練習)・10:00♥</p> <p>☆囲碁(自主練習)・13:30</p> <p>☆第135回わなげ大会 ・14:00♥</p>
お知らせ				直接、館でお申し込み下さい。		
<p>◎2月運動系講座の申込みは、1月11日(日)朝9時から受け付けます。(先着順)</p> <p>◎「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)から受け付けます。(先着順)</p> <p>◎「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け付けます。(先着順)</p> <p>◎「スマホちょっと体験会」1月分は、1月4日(日)から受け付けます。(定員:8名、先着順)</p> <p>◎「東京都スマートフォン教室」14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)</p> <p>◎「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)から受け付けます。(先着順)</p> <p>◎「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。</p> <p>◎1月1日~3日の講座は、第5週目の1月29日(木)~31日(土)に変更します。</p> <p>ただし、「歴史への招待Ⓐ」は、1月16日(金)と23日(金)、「歴史への招待Ⓑ」は、1月10日(土)と17日(土)に変更します。</p>				<p>・★印は、定員があります。受付にて承ります。</p> <p>・☆印は、当日申込で定員があります。</p> <p>・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。</p> <p>・敬老マッサージのお申込み受付は、14日(水)~21日(水)です。</p> <p>抽選・発表は23日(金)です。</p> <p>・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。</p>	<p>♥ 大広間</p> <p>♦ 教養室</p> <p>無印 医務室・ロビー</p>	