



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> <ul style="list-style-type: none"> <li>5月1日(金)・13:00♣ 『おしやれ泥棒』(上映時間 126分)</li> <li>5月9日(土)・13:00♣ 『戦争と平和』(上映時間 208分)</li> <li>5月15日(金)・13:00♣ 『暗くなるまで待って』(上映時間 109分)</li> <li>5月23日(土)・13:00♣ 『カサブランカ』(上映時間 102分)</li> <li>5月29日(金)・13:00♣ 『グレートレース』(上映時間 160分)</li> <li>5月30日(土)・13:00♣ 『ウエスト・サイド物語』(上映時間 152分)</li> </ul> <p>※ 定員:各24名(申込先着順)</p>	<p>“健康づくり&amp;フレイル予防講座”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 認知症/MCIとは…</li> <li>* 熱中症対策</li> </ul> <p>講師: 中央区福祉保健部介護保険課 保健師</p> <p><b>5月13日(水)</b> 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>♡ おとセン講座 ♡</p> <p>&lt;交通安全講話&amp;介護保険サービス&gt;</p> <p>講師: 久松警察署 生活安全課 署員 &amp; おとしより相談センター 職員</p> <p><b>5月14日(木)</b> 14:00~15:00 いきいき浜町 大広間 定員 30名 (当日申込先着順)</p>	<p>★ 児童と一緒に楽しもう ★</p> <p>&lt;世代間交流&gt;</p> <p>【折紙・ゲーム】</p> <p><b>5月27日(水)</b> 15:00~16:00 いきいき浜町 教養室 定員 15名程 (当日申込先着順)</p> <p>※ どなたでも参加出来ます!</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>★ 歴史への招待①・13:00♥</p> <p>★ 映画鑑賞会・13:00♣ &lt;おしやれ泥棒&gt;</p>	<p>1</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>★ 歴史への招待①・13:00♥</p> <p>★ 映画鑑賞会・13:00♣ &lt;おしやれ泥棒&gt;</p>	<p>2</p> <p>☆ 健康吹き矢(自主練習)・10:00♥</p> <p>★ 将棋教室・13:00♣</p> <p>☆ 囲碁(自主練習)・13:30</p> <p>☆ ウクレレで歌おう・14:00♥</p> <p>5/5(火)から変更</p>
<p>★ いきいき健康麻雀(追加研修) ・9:00~12:00♥</p> <p>★ いきいき健康麻雀(自主練習) ・9:00~12:00♣</p> <p>★ いきいき健康麻雀教室(4ヵ月コース) ・13:00~16:00♥</p> <p>★ いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00~16:00♣</p>	<p>★ 茶道教室・9:30♣</p> <p>★ ボクシングエクササイズ &amp;ストレッチ ・10:30♥</p> <p>☆ 生きがい相談・<b>休講</b></p> <p>★ いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00~16:00♣</p>	<p>★ 楽しい中国語教室・10:00♣</p> <p>☆ ウクレレで歌おう 5/2(土)へ変更</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>★ オカリナ教室・<b>休講</b></p> <p>★ いきいき素敵な声づくり・15:30♣</p>	<p>★ ギター教室・10:00♣</p> <p>★ 陳式太極拳・10:30♥</p> <p>★ ミュージックベル教 <b>休講</b></p> <p>★ オカリナ教室・<b>休講</b></p> <p>★ いきいき素敵な声づくり・15:30♣</p>	<p>★ チェアロビ元気体操・10:00♥</p> <p>★ トレバーさんの英会話教室 ①10:00,②11:10♣</p> <p>★ パソコン教室・13:00</p> <p>★ 気功・13:00♥</p> <p>★ 向日葵さんのピアノ教室・15:00♣</p>	<p>★ 書道教室・10:00♣</p> <p>★ 中央粋なまちトレーニング &amp;脳トレ ・10:00♥</p> <p>★ 歴史への招待②</p> <p>★ スマートフォン教室・13:00♣ (全4回コース)</p>	<p>★ 歌唱指導・10:00♥</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>★ 心と身体の体操・10:30♣ (朗読教室)</p> <p>★ 映画観賞会・13:00♣ &lt;戦争と平和&gt;</p> <p>★ ヨガ教室(土曜コース)・14:00♥</p>
<p>★ お風呂お休み 3</p>	4	5	6	7	8	9
<p>★ お風呂お休み 10</p>	11	12	13	14	15	16
<p>◎6月運動系講座・申込開始日 ・9:00 ロビー</p> <p>★ いきいき健康麻雀(追加研修) ・9:00~12:00♥</p> <p>★ 歴史探索教室・10:30♣</p> <p>★ いきいき健康麻雀教室(4ヵ月コース) ・13:00~16:00♥</p> <p>★ いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00~16:00♣</p>	<p>★ かんたんちぎり絵・10:00♣</p> <p>☆ いきいき手話ダンス ・10:30♥</p> <p>★ いきいき鉛筆画・13:00♣</p> <p>★ フラダンス講習会・13:00♥</p> <p>★ いきいき鉛筆画(自主練習)・14:30♣</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>★ 健康相談・13:30 医務室</p> <p>★ 筆ペン・ペン習字講座・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>★ カーレット&amp; 中央粋なまちトレーニング・10:00♥</p> <p>★ 健康づくり&amp;フレイル予防講座 ・10:30♣</p> <p>・認知症/MCIとは…</p> <p>・熱中症対策</p> <p>★ スマホちょこっと体験会 ・14:00♣</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>★ 終活講座・14:00♣</p> <p>★ おとセン講座・14:00♥ &lt;交通安全講話&amp;介護保険サービス&gt;</p> <p>★ 向日葵さんのピアノ教室・15:00♣</p>	<p>★ 日本舞踊エクササイズ ・10:30♥</p> <p>★ 歴史への招待③・13:00♥</p> <p>★ 映画鑑賞会・13:00♣ &lt;暗くなるまで待って&gt;</p>	<p>★ 健康吹き矢(自主練習)・10:00♥</p> <p>★ 心と身体の体操・10:30♣ (朗読教室)</p> <p>★ 将棋教室・13:00♣</p> <p>★ 囲碁(自主練習)・13:30</p>
<p>★ お風呂お休み 17</p>	18	19	20	21	22	23
<p>★ お風呂お休み 24</p>	25	26	27	28	29	30
<p>★ お風呂お休み 31</p>	【お知らせ】	<p>◎6月運動系講座の申込みは、5月10日(日)午前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)」5月分は、4月20日(月)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」5月分は、4月20日(月)から隔月受講申込で受け付けます。(先着順)</p> <p>◎「スマホちょこっと体験会」5月分は、5月1日(金)から受け付けます。(定員:8名、先着順)</p> <p>◎「児童と一緒に楽しもう:折紙・ゲーム」5月27日(水)は、当日受け付けます。(先着順)</p> <p>◎「ウクレレでうたおう」の5月5日(火)は、講師都合により5月2日(土)14:00~15:00に変更しました。</p> <p>◎「歴史への招待③」の5月8日(金)は、講師都合により5月29日(金)に変更しました。</p>				
<p>★ いきいき健康麻雀(追加研修) ・9:00~12:00♥</p> <p>★ いきいき健康麻雀(自主練習) ・9:00~12:00♣</p> <p>★ いきいき健康麻雀教室(4ヵ月コース) ・13:00~16:00♥</p> <p>★ いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00~16:00♣</p>	<p>★ 立体折り紙教室・10:00♣</p> <p>☆ いきいき手話ダンス ・10:30♥</p> <p>★ いきいき鉛筆画・13:00♣</p> <p>★ フラダンス講習会・13:00♥</p> <p>★ いきいき鉛筆画(自主練習)・14:30♣</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>★ 筆ペン・ペン習字講座・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>★ ギター教室・10:00♣</p> <p>★ 敬老マッサージ・10:40♥</p> <p>★ スマホちょこっと体験会 ・14:00♣</p> <p>★ 児童と一緒に楽しもう:折紙・ゲーム ・15:00♣</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>★ 簡単エアロ14:00♥</p> <p>★ 向日葵さんのピアノ教室・15:00♣</p>	<p>★ 書道教室・10:00♣</p> <p>★ 中央粋なまちトレーニング &amp;脳トレ ・10:00♥</p> <p>★ 歴史への招待④・13:00♥</p> <p>★ スマートフォン教室・13:00♣ (全4回コース)</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> <p>★ 映画鑑賞会・13:00♣ &lt;カサブランカ&gt;</p>
<p>★ お風呂お休み 31</p>	<p>直接、当館にてお申し込み下さい。 お電話での受付は出来ません。</p>					<p>★ 5/8(金)から変更</p>
<p>★ いきいき健康麻雀(追加研修) ・9:00~12:00♥</p> <p>★ いきいき健康麻雀(自主練習) ・9:00~12:00♣</p> <p>★ いきいき健康麻雀教室(4ヵ月コース) ・13:00~16:00♥</p> <p>★ いきいき健康麻雀(自主練習) ・13:00~16:00♣</p>	<p>◎6月運動系講座の申込みは、5月10日(日)午前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)」5月分は、4月20日(月)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」5月分は、4月20日(月)から隔月受講申込で受け付けます。(先着順)</p> <p>◎「スマホちょこっと体験会」5月分は、5月1日(金)から受け付けます。(定員:8名、先着順)</p> <p>◎「児童と一緒に楽しもう:折紙・ゲーム」5月27日(水)は、当日受け付けます。(先着順)</p> <p>◎「ウクレレでうたおう」の5月5日(火)は、講師都合により5月2日(土)14:00~15:00に変更しました。</p> <p>◎「歴史への招待④」の5月8日(金)は、講師都合により5月29日(金)に変更しました。</p>					
<p>★ お風呂お休み 31</p>	<p>★ 5/8(金)から変更</p>					
<p>★ お風呂お休み 31</p>	<p>★ 5/8(金)から変更</p>					
<p>★ お風呂お休み 31</p>	<p>★ 5/8(金)から変更</p>					



♥ 大広間  
♣ 教養室

- ★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、13日(水)~20日(水)です。  
抽選・発表は22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。