

6月

令和5年
(2023年)

センター事業カレンダー

詳しい説明は右ページと表紙をご覧ください。
末尾に★印付きの事業は募集を締め切ったものです。



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
休館				にこにこ体操 ③④	あの歌この唄 ピアノ歌	休館 害虫駆除
4	5	6	7	8	9	10
休館	にこにこ体操 ①②		初心者向け 個別スマホ相談	にこにこ体操 ③④	ハーブを使って 認知症対策	にこにこ体操 ⑤⑥
				ズーム教室		eスポーツ
11	12	13	14	15	16	17
休館	にこにこ体操 ①②	季節の折り紙 「七夕」	マイフィットネス	にこにこ体操 ③④	カラオケ個人利用 ①	にこにこ体操 ⑤⑥
		自分の iPhone講座		オンライン講座	川柳の会	
18	19	20	21	22	23	24
休館	にこにこ体操 ①②	初めての スマホ教室		にこにこ体操 ③④	自分のスマホ 初心者教室	にこにこ体操 ⑤⑥
	ふれあい農園	健康相談			健康体操 レクリエーション	
						*「ひかり」 7月号発行
25	26	27	28	29	30	
休館	にこにこ体操 ①②	はつらつシニア 活躍応援塾	ミニ映画会	にこにこ体操 ③④	楽しく レクリエーション	
	・運営委員会	カラオケ個人利用 ②	自分のスマホ講座	eスポーツ	手芸教室	

● 開館時間
月～土・午前9時～午後5時
(日曜・祝日と年末年始は休館)

お問合せは……
はつらつセンター光が丘へ
☎(03)5997-7717

申込み方法	事業名	実施日	時間	場所 定員	申込日 (発表日)
当日 直接会場	健康相談	20日(火)	午後1時30分～ 3時30分	作業室	当日受付 (無料)
申込書の み	にこにこ体操6月 ※体操前に血圧測定	月曜 ①② 木曜 ③④ 土曜 ⑤⑥ ※コース制	①③⑤ 午前9時30分～10時 ②④⑥ 午前11時～11時30分	機能回復 訓練室 各24名	5/24 ～5/29 (5/30)
	あの歌この唄ピアノ歌	2日(金)	①2時～2時30分 ②2時50分～3時20分	多目的ホール 各45名	5/26 ～5/31 (6/1)
	手芸教室「星の根付」	30日(金)	午後1時30分～3時	講習室 10名	6/17 ～6/23 (6/24)
	健康体操レクリエーション ※上履き持参	23日(金)	午後1時30分～3時	集会室 15名	6/10 ～6/16 (6/17)
申込書又は 利用時間内の 電話受付	自分のiPhone講座 「You Tubeで動画」	13日(火)	午後1時～2時	講習室 8名	5/31 ～6/5 (6/6)
	季節の折り紙「七夕」 ※折り紙・ポンド・のり・ハサミ持参	13日(火)	午前10時～ 11時30分	講習室 14名	5/30 ～6/5 (6/6)
	マイフィットネス	14日(水)	午前10時～11時	講習室 娯楽室 15名	5/30 ～6/5 (6/6)
	オンライン講座 「股・膝関節痛予防」	15日(木)	午後2時30分～ 3時30分	講習室 娯楽室 25名	6/1 ～6/9 (6/10)
	初めてのスマホ教室 ※スマホを持っていない方対象	20日(火)	午前9時30分～ 11時30分	6階 会議室 10名	6/6～ 6/12 (6/13)
	自分のスマホ初心者教室 ※スマホを持っている方対象	23日(金)	午前9時30分～ 11時30分	5階 集会室 8名	6/9 ～6/15 (6/16)
	楽しくレクリエーション 「ボッチャ」	30日(金)	午前10時～11時30分	集会室 12名	6/17 ～6/23 (6/24)
	eスポーツ体験(ボウリング) ※人気がある事業のため どちらか一つのお申込みになります	①10日(土) ②29日(木)	①午前10時～11時30分 ②午後1時30分～3時	講習室 12名	5/25 ～6/1 (6/2)
	自分のスマートフォン講座 (アンドロイド) 「LINEの基礎」	28日(水)	午後1時～2時	講習室 8名	6/13 ～6/19 (6/20)
	ふれあい農園「ジャガイモ堀」	19日(月)	午前10時30分～	現地集合 6名	5/26～
カラオケ個人利用	16日(金) 27日(火)	午前9時～11時30分	集会室 15名	6/2～	
ハーブを使って認知症対策	9日(金)	午前10時～11時30分	講習室 8名	5/31 ～6/5	
ミニ映画会	28日(水)	午前10時～12時	講習室 娯楽室 22名	6/16～	
初心者向け 個別スマホ相談	7日(水)	①午後1時～ 各30分 ②午後1時35分～ ③午後2時10分～ ④午後2時45分～ ⑤午後3時20分～	和室 各2名	5/26～	
ズーム教室	8日(木)	午後2時～3時30分	和室 5名	5/26～	
川柳の会 題「文」 ※6/14までに3句出して下さい	16日(金)	午後1時30分～3時30分	集会室 14名	5/25 ～6/14	