

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	eスポーツ体験(ボウリング)	5日(月) 20日(火)	午後1時15分～ 2時30分	講習室	当日受付 (無料)
	健康相談	20日(火)	午後1時30分～ 3時30分	作業室	
申込書のみ 抽選	にこにこ体操12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20名	11/24 ～11/28 (11/29)
	手芸教室 「干支の根付」	6日(火)	午後1時30分～3時	講習室 10名	11/25 ～12/1 (12/2)
	あの歌この唄ピアノ歌	9日(金)	①2時～2時30分 ②2時50分～3時20分	多目的 ホール 各40名	11/28 ～12/3 (12/5)
	シニアヨガ	14日(水) 23日(金) 28日(水)	午前10時30分～ 11時30分	講習室 娯楽室 各16名	11/29 ～12/5 (12/6)
	川柳の会 題「鼻」	16日(金)	午後1時30分～ 3時30分	集会室 14名	11/25 ～12/5 (12/6)
	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	12/12 ～12/16 (12/19)
申込書又は利用時間内の電話受付 抽選	自分のiPhone講座 「クリスマスカード・年賀状」	13日(火)	午後1時～2時	講習室 8名	11/29 ～12/3 (12/5)
	季節の折り紙 「クリスマスリース」 ※折り紙・のり・ハサミ持参	13日(火)	午前10時～ 11時30分	講習室 10名	11/29 ～12/3 (12/5)
	オンライン講座12月 「脳卒中」	15日(木)	午後2時30～ 3時30分	講習室 娯楽室 25名	12/1 ～12/9 (12/10)
	※オンライン講座1月 「ムセ予防」	1月19日(木)	午後2時30～ 3時30分	講習室 娯楽室 25名	12/21 ～1/6 (1/7)
	自分のスマートフォン講座 「基本の操作」※アンドロイド対象	28日(水)	午後1時～2時	講習室 8名	12/14 ～12/21 (12/22)
先着	ズーム教室	8日(木)	午後2時～3時30分	和室 5名	12/1～
	ミニ映画会	8日(木)	午前10時～12時	講習室 25名	11/28～
	ハーブを使って認知症対策 「ハーブのリース作り」	9日(金)	午前10時～11時30分	講習室 8名	11/28 ～12/5
	かるがもコンサート	10日(土)	午後2時～3時	5階音楽室 15名	11/28～
	高齢者セーフティ教室	12日(月)	午後2時～3時	講習室 12名	11/25～
	初心者向け 個別スマホ相談	3日(土) 27日(火)	①午後1時～ 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～ 各30分	和室 各1名	11/26～
	カラオケ個人利用	12日(月) 27日(火)	午前9時～11時30分	集会室 15名	11/29～
	初めてのスマホ教室	20日(火)	午前9時30分～ 11時30分	6階会議室 10名	12/3 ～12/13
講座「知って必ずトクする 遺言・後見のこと」	22日(木)	講演会：午後2時～3時 個別相談：午後3時10分～	5階 集会室 20名	11/25～	