

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	東京都スマホ普及事業 相談会 ※スマホを持っている方対象	15日 (水)	午後1時～4時	集会室	当日受付 (無料)	
	健康相談	21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2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	1/23 ～1/30 (1/31)
		手芸教室 (全3回) 「三角折の白鳥」	①2月7日 (火) ②3月2日 (木) ③3月7日 (火)	午後1時30分～3時30分	集会室 10名	1/26 ～1/31 (2/1)
		あの歌この唄ピアノ歌	3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	1/25 ～1/31 (2/1)
		シニアヨガ	8日 (水) 9日 (木) 22日 (水)	午前10時30分～ 11時30分	講習室 娯楽室 各16名	1/26 ～2/1 (2/2)
		川柳の会 題「うぐいす」 ※2/6までに3句出して下さい	17日 (金)	午後1時30分～3時30分	集会室 14名	1/25 ～2/6 (2/7)
		健康体操 ※上履き持参 レクリエーション	24日 (金)	午後1時30分～3時	集会室 15名	2/13 ～2/18 (2/20)
申込書又は利用時間内の電話受付	抽選	自分のiPhone講座 「安全な使い方・Siri」	14日 (火)	午後1時～2時	講習室 8名	1/31 ～2/6 (2/7)
		季節の折り紙「おひな様」 ※折り紙・ボンド・のり・ハサミ持参 千代紙15cm×15cm	14日 (火)	午前10時～ 11時30分	講習室 14名	2/1 ～2/6 (2/7)
		オンライン講座 「尿漏れ」	16日 (木)	午後2時30～ 3時30分	講習室 娯楽室 25名	2/1 ～2/9 (2/10)
		自分のスマートフォン講座 「地図の使い方」	22日 (水)	午後1時～2時	講習室 8名	2/8 ～2/14 (2/15)
	先着	ハーブを使って認知症対策 「美颜オイルづくり」	3日 (金)	午前10時～11時30分	講習室 8名	1/25 ～2/1
		初心者向け 個別スマホ相談	2日 (木) 28日 (火)	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1名	1/28～
		カラオケ個人利用	3日 (金) 25日 (土)	午前9時～11時30分	集会室 15名	1/28～
		eスポーツ体験(ボウリング)	6日 (月) 15日 (水)	午後1時30分～3時	講習室 12名	1/30～
		ズーム教室	9日 (木)	午後2時～3時30分	和室 5名	2/1～
		ミニ栄養講座	20日 (月)	午後2時～3時	2階調理室 12名	2/6～
		初めてのスマホ教室	21日 (火)	午前9時30分～ 11時30分	6階会議室 10名	2/7 ～2/14
		ミニ映画会	28日 (火)	午前10時～12時	講習室娯楽室 25名	2/13～