

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	19日(火)	午後1時30分～3時30分	作業室	当日受付 (無料)	
	川柳の会 題「さくさく」 ※3/15に3句出して下さい	15日(金)	午後1時30分～3時30分	集会室 14名	当日句巻を 提出してください	
申込書のみ	先着	にこにこ体操3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	2/24～
		あの歌この唄ピアノ歌	1日(金)	午後2時～3時	多目的ホール 100名	2/26～
	抽選	筋トレマシンスタート事業 (全12回)	4月2日～5月14日 毎週火・金	午前10時～11時10分	機能回復訓練室 8名	3/15 ～3/25 (3/27)
抽選	座ったままヨガ	7日(木)	午前10時～11時	講習室・娯楽室 18名	2/24 ～2/29 (3/4)	
	アンドロイド講座 「調べもの(検索)」	12日(火)	午後1時～2時	講習室 8名		
	マイフィットネス	13日(水)	午前10時～11時	講習室・娯楽室 20名		
	健康体操レクリエーション ※上履き持参	22日(金)	午後1時30分～3時	集会室 15名		
	iPhone講座 「買い物」	27日(水)	午後1時～1時50分	講習室 8名		
申込書又は 利用時間内の 電話受付	アイパッド講座 「基本の操作」	27日(水)	午後2時00分～3時	講習室 8名	3/1～	
	eスポーツ体験(ボウリング) ※どちらか一つお申し込みください	18日(月) 29日(金)	午後1時30分～3時	講習室 各12名		
	スマホ初心者教室 ※スマホを持っている方対象	19日(火)	午前9時30分～11時30分	6階 会議室 8名		2/21～
	3/1午前9時～直接事務所申込み ※電話申込は3/1の午後1時から翌日から9時受付					
	落語会	9日(土)	午後2時～3時30分	多目的ホール 50名		
	血管年齢測定会	7日(木)	午前9時15分～11時	集会室 20名		
	季節の折り紙「弁財天」 ※折り紙・ポンド・のり・ハサミ持参	12日(火)	午前10時～11時30分	6階 会議室 24名		
	楽しくレクリエーション 「輪投げ」	6日(水)	午前10時～11時	講習室 10名		
	初めてのヨガ ※ヨガマットかバスタオル、飲み物持参	16日(土)	午前11時～11時45分	多目的ホール 15名		
	ズーム教室	14日(木)	午後2時～3時30分	和室 5名		
丹田呼吸法	15日(金)	午前10時～11時	娯楽室 15名			
南米アンデスの音楽	16日(土)	午後2時～3時30分	多目的ホール 50名			
3/9午前9時～直接事務所申込み ※電話申込は3/9の午後1時から3/11からは9時受付						
カラオケ個人利用	21日(木) 29日(金)	午前9時～11時30分	集会室 15名	3/9～		
楽しくレクリエーション 「ニュースポーツ体験」	16日(土)	午前9時30分～10時45分	多目的ホール 30名			
スマホ初心者教室 ※スマホを持っている方対象	22日(金)	午前9時30分～11時30分	5階 集会室 8名			
初心者向け 個別スマホ相談 ※LINE、アプリ、QRコード カメラ、地図の使い方など初心者向け	25日(月)	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			