

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	食堂	当日受付 （無料）	
		川柳の会 題「休暇」 用紙のない方は事務所まで取りに来てく ださい。16日に提出します	16日（金）	午後1時30分～3時30分	集会室		
申込書のみ	先着	にこにこ体操5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26名	4/24～	
		あの歌この唄ピアノ歌	17日（土）	午後2時～3時	多目的ホール 110名	5/2～	
		麻雀開放タイム ※申込時にルールをお受け取り下さい	24日（土）	午前9時15分 ～11時45分	娯楽室 16名	5/1～	
申込書又は 利用時間内の 電話受付	抽 選	座ったままヨガ ※飲み物・汗拭きタオル持参	8日（木）	午前10時～11時	講習室・娯楽室 25名	4/25～ 5/1 (5/2)	
		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		
		絵手紙初心者教室 （全3回）	①5月28日（水） ②6月25日（水） ③7月23日（水）	午前10時～11時30分	講習室 10名		
		季節の折り紙「プレゼント」 ※折り紙・はさみ・ボンド持参	13日（火）	午前10時～11時30分	講習室・娯楽室 20名		
		TVゲームでボウリング ※どちらか1つお申し込みください	14日（水） 19日（月）	午後1時30分～3時	講習室 各12名		
	先着	5/1午前9時～直接事務所申込み ※電話申込は（ ）内の人数分で5/1の午後1時から受付、翌日からは9時受付					
		丹田呼吸法	16日（金）	午前10時～11時	講習室・娯楽室 20名（10名）	5/1～	
		フレイル予防講座 「股・膝関節痛」	15日（木）	午後2時30分～3時30分	講習室・娯楽室 15名（10名）		
		カラオケ個人利用	16日（金） 28日（水）	午前9時～11時30分	集会室 各10名（5名）		
		ボッチャ カーレット体験会	17日（土）	午前10時～11時30分	多目的ホール 16名（8名）		
		アンドロイド講座 「カメラの使い方」	13日（火）	午後1時～2時	講習室 6名（2名）		
		5/10午前9時～直接事務所申込み ※電話申込は（ ）内の人数分で5/10の午後1時から受付、翌日からは9時受付					
		아이폰講座 「基本の操作」	28日（水）	午後1時～1時50分	講習室 6名（2名）	5/10 ～	
		アイパッド講座 「テレビ電話、無料通話」	28日（水）	午後2時～3時	講習室 6名（2名）		
		シニアのための呼吸法 ※飲み物・汗拭きタオル持参	21日（水）	午前10時～11時30分	講習室・娯楽室 15名（5名）		
		西アフリカ文化を楽しもう 「ひょうたんのフーレ又はコカドラム」	27日（火）	午前10時～11時	講習室 10名（6名）		
		ミニ映画会	30日（金）	午前10時～12時	講習室+娯楽室 16名（6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	23日（金）	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		
		スマホ初心者教室 ※スマホを持っている方対象	20日（火） 23日（金）	午前9時30分 ～11時30分	5階 集会室 各5名 （3名）		
		パソコン個別相談	30日（金）	①午前10時～10時45分 ②午前11時～11時45分	集会室 3名 （1名）		