

申込み方法		事業名	実施日	時間	場所	申込み (発表日)	
					定員		
直接当日場		健康相談	18日（火）	午後1時30分～3時30分	機能回復訓練室2	当日 受付	
		カーレット体験	1日（土）	午前10時～11時30分	機能回復訓練室1		
		TVゲームでボウリング開放 お試し会	8日（土）	午前10時～11時30分	機能回復訓練室1		
		スマホ相談スペシャル	4日（火） 26日（水）	午前9時15分 ～11時45分 ※1人30分以内	機能回復訓練室2 先着5名程度		
		川柳の会 題「落す・落ちる」 ※用紙のない方は事務所まで。21日に提出します	21日（金）	午後1時30分～3時30分	講習室		
申込書のみ	先着	にこにこ体操8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2 各35名	7/25～	
		あの歌この唄ピアノ歌	7日（金）	午後2時～3時	多目的ホール 121名	8/3～	
申込書のみ	抽選	筋トレマシンスタート事業 (全12回)	8月7日（火） ～9月18日（金） 毎週火・金	午前10時～11時10分	機能回復訓練室1 各8名	申込期間 7/21 ～7/30 当選発表 8/1	
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	13日（木）	①午前9時45分～10時45分 ②午前11時～12時	講習室・娯楽室 25名	抽選 申込期間 7/25～ 7/30 抽選 発表日 8/3	
		健康体操レクリエーション ※上履き・水分・汗拭きタオル持参	8月はお休み				
		昭和歌謡を楽しもう	20日（木）	午前10時～11時15分	機能回復訓練室1 45名		
		季節の折り紙「金魚」 ※折り紙・はさみ・ボンド持参	①14日（金） ②25日（火）	午前10時～11時30分	①講習室・娯楽室 20名 ②機能回復訓練室2 20名		
		TVゲームでボウリング ※飲み物・汗拭きタオル持参 ①通常 ②試合形式練習日※TVゲームに参加した事のある方	①6日（木） ②24日（月）	①午前10時～11時30分 ②午前10時～11時30分	①機能回復訓練室1 ②機能回復訓練室1 各12名		
申込み開始日 午前9時～直接事務所申込 ※電話申込は（ ）内の人数分で申込み開始日の午後1時から受付、翌日からは9時受付							
先着		シルバー人材スマホ相談会	5日（水）	①午前10時～ 各25分 ②午前10時30分～ ③午前11時～ ④午前11時30分～	和室 各2名	7/25～	
先着		季節のメッセージカード ～夏の海旅～ ※ハサミ・のり持参	8日（土）	午前10時～11時30分	講習室 8名（4名）	7/27～	
先着		ハーブを使って認知症対策 「香りの置き物」※材料費600円、筆記用具 ※溶けている保冷剤がある方はお持ちください	7日（金）	午前10時～11時30分	講習室 8名（4名）	7/27 ～8/4	
8/1 午前9時～直接事務所申込み ※電話申込は（ ）内の人数分で8/1の午後1時から受付、翌日からは9時受付							
申込書又は利用時間内の電話受付	先着	カラオケ個人利用	①8日（土） ②26日（水） ③31日（月）	午前9時～11時30分	集会室 各10名（5名）	8/1～	
		丹田呼吸法	21日（金）	午前10時～11時	機能回復訓練室2 20名（10名）		
		iPhoneの相談会 ～基本操作について～	17日（月）	①午後1時30分～ 各25分 ②午後2時～ ③午後2時30分～	機能回復訓練室2 各1名		
		血管年齢測定会	①12日（水） ②20日（木）	午前9時15分～11時	集会室 各18名（8名）		
		トランプの会 ※セブンブリッジを楽しみましょう	10日（月） 17日（月） 31日（月）	午前9時30分～11時30分	和室 10名（5名）		
		盆踊り	15日（土）	午前9時30分～10時30分	多目的ホール 20名（10名）		
8/10 午前9時～直接事務所申込み ※電話申込は（ ）内の人数分で8/10の午後1時から受付、翌日からは9時受付							
先着		麻雀開放タイム	29日（土）	午前9時05分 ～11時45分	娯楽室 10名（6名）	8/10～	
		西アフリカ文化を楽しもう	25日（火）	午前10時～11時	講習室 8名（6名）		
		スマホ初心者教室 ※どちらか1回 ※スマホを持っている方対象	①18日（火） ②28日（金）	午前9時30分 ～11時30分	①娯楽室 ②講習室 各5名（3名）		
		アンドロイド講座 ～地図～	26日（水）	午後1時～2時	講習室 5名（3名）		
		パソコン個別相談	25日（火）	①午前9時30分～ 各45分 ②午前10時30分～ ③午前11時30分～ 自主トレ9:30～/11:00	娯楽室 ①②③各2名 自主トレ各1名		