

# 10月の「はつらつセンター関主催」事業

申込方法	事業名 <small>*持物は、ポスターでご確認ください</small>	実施日	実施時間	場所 定員	申込開始日	
<b>事前申込・抽選</b>	★元気アップ体操	6日(金) 10日(火)	10:30~11:30	娯楽室・和室 15名	9月 20日(水) ~ 26日(火)	
	★健康いきいき体操	13日(金) 27日(金)	10:00~11:15	娯楽室・和室 18名		
	★はつらつ体操	3日(火)・17日(火) 20日(金)・24日(火) 31日(火)	①10:00~10:30 ②11:00~11:30	娯楽室・和室 15名		
	ビデオ ★VIDEO体操	4日(水) 18日(水)	10:00~ 1時間程度	娯楽室・和室 10名		
	★折り紙教室	10日(火)	10:00~11:30	生活相談室8名		
	★水彩色鉛筆を使ってみよう ~ 紅葉 ~	11日(水)	10:00~11:30	生活相談室 10名		
	★楽・楽 ポツチャ	12日(木)	14:00~15:30	洋室12名		
	★懐かしの小さな映画会 (邦画)	14日(土)	14:00~ 終了まで	講習室30名		
	★eスポーツボウリング	18日(水)	14:00~15:30	洋室8名		
	★手工芸教室 ~ポンポン菊のチャーム~	21日(土)	10:00~11:30	生活相談室 10名		
	★輪投げ	23日(月)	10:00~11:30	洋室10名		
	★スマホ教室	30日(月)	10:00~11:30	講習室20名		
<b>事前・先着順</b>	★あなたとわたしのコンサート	5日(木)	10:30~11:30	多目的ホール70名	受付中	
	★理学療法士が伝える”心疾患”	19日(木)	14:30~15:30	洋室20名	先着(10/2~)	
	★血管年齢測定会	23日(月)	10:00~11:30	生活相談室12名	先着(9/20~)	
	★スマホ初心者相談会①	26日(木)	14:00~15:00	生活相談室6名	先着 (9/21~)	
	★スマホ初心者相談会②		15:00~16:00	生活相談室6名		
	★カラオケ開放 (午前・午後 どちらか)	7日(土)・21(土)・25日(水)	9:00~12:00	講習室12名	当日	
		7日(土)・21(土)・31日(火)	13:00~16:00			
	★卓球開放	14日(土)	9:00~12:00	洋室12名		
		7日(土)・17日(火)	13:00~16:30			
	★囲碁・将棋開放	月・水・金曜日 事業・団体で使用 していない日	13:00~16:30	生活相談室 12名		
★筋トレマシン開放	火・金	15:00~16:30	機能訓練室12名			
お知らせ	★東京都主催「スマホ相談会」	24日(火)	13:00~16:00	生活相談室 12名程度		当日先着順

はつらつセンター関

