

1月の「はつらつセンター関主催」事業

申込方法	事業名 *持物は、ポスターでご確認ください	実施日	実施時間	場所 定員	申込開始日
事前申込・抽選	★元気アップ体操	5日(金) 9日(火)	10:30~11:30	娯楽室・和室 15名	12月 20日(水) ~ 25日(月)
	★健康いきいき体操	12日(金) 26日(金)	10:00~11:15	娯楽室・和室 18名	
	★はつらつ体操	16日(火)・19日(金) 23日(火)・30日(火)	①10:00~10:30 ②11:00~11:30	娯楽室・和室 15名	
	★VIDEO(ビデオ)体操	17日(水) 24日(水)	10:00~ 1時間程度	娯楽室・和室 10名	
	★水彩色鉛筆を使ってみよう ~ さざんか ~	10日(水)	10:00~11:30	生活相談室 10名	
	★輪投げ	15日(月)	14:00~15:30	洋室10名	
	★eスポーツボウリング	17日(水)	14:00~15:30	洋室8名	
	★手工芸教室 ~ 毛糸のコサージュ ~	20日(土)	10:00~11:30	生活相談室 10名	
	★毛筆で書いてみよう	22日(月)	10:00~11:30	講習室12名	
	★懐かしの小さな映画会 (邦画)	27日(土)	10:00~ 終了まで	講習室30名	
	★スマホ教室	29日(月)	10:00~11:30	講習室20名	
	★楽・楽 ボッチャ	31日(水)	14:00~15:30	洋室12名	
事前申込・先着順	★理学療法士が伝える "内部疾患のまとめ"	18日(木)	14:30~15:30	洋室20名	先着 (12/21~)
	★スマホ初心者相談会①	25日(木)	14:00~15:00	生活相談室6名	
	★スマホ初心者相談会②		15:00~16:00	生活相談室6名	
	★桂文ぶん師匠 落語の会	25日(木)	14:00~15:00	関区民ホール70名	受付中
	★令和5年度認知症予防講演会 (録画上映) ~今日から私たちに何ができるか~	2月24日(土)	14:00~15:40	講習室25名	先着 (1/10~)
開放事業	★カラオケ開放 (午前・午後 どちらか)	6日(土)・20日(土)・31日(水)	9:00~12:00	講習室12名	当日
		6日(土)・10日(水)・20日(土)	13:00~16:00		
	★卓球開放	6日(土)	9:00~12:00	洋室12名	
		24日(水)・27日(土)	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		

はつらつセンター関

※元気アップ体操、健康いきいき体操、ビデオ体操のご利用について

事業のお申し込みは、それぞれ1回のみの申込になります。

また、当日空きのある場合でも、同じ月に1回参加されている方は参加出来ません。

