



3月の「はつらつセンター関主催」事業



事前申込・抽選

事業名(詳細は、ポスターでご確認ください)	実施日	実施時間	場所・定員	申込期間
★元気アップ体操 持ち物:フェイスタオル、飲み物	6日(金) 10日(火)	10:00~11:00	娯楽室・和室 15名	窓口申込 2/20(金) ~ 2/26(木) 電話申込み 2/25(水) ・ 2/26(木) 抽選発表 2/28(土)
★健康いきいき体操 持ち物:フェイスタオル、飲み物、5本指ソックス	13日(金) 27日(金)	10:00~11:15	娯楽室・和室 18名	
★はつらつ体操 持ち物:フェイスタオル、飲み物	3日(火)・17日(火) 24日(火)	①10:00~10:30 ②11:00~11:30	娯楽室・和室 15名	
★VIDEO(ビデオ)体操 持ち物:フェイスタオル、飲み物	18日(水) 31日(火)	10:00~ 1時間程度	娯楽室・和室 10名	
★輪投げ 持ち物:フェイスタオル、飲み物、室内履き	9日(月)	14:00~15:30	洋室10名	
★水彩色鉛筆を使ってみよう ~ 桜 ~ 持ち物:水拭き用ハンドタオル(汚れても良いもの)	11日(水)	10:00~11:30	生活相談室 10名	
★ゲームdeボウリング 持ち物:フェイスタオル、飲み物、室内履き	12日(木)	14:00~15:30	洋室8名	
★はつらつ健康マージャン	14日(土)	9:15~11:30	娯楽室10名	
★手工芸教室 ~ 布でつくるリース ~ 持ち物:エプロン(服に糸がついてしまうため)、 ティースプーン(ステンレス製)、作品持ち帰り袋	14日(土)	10:00~11:30	生活相談室 10名	
★毛筆で書いてみよう 持ち物:書道道具一式、ゴミ袋、筆洗い用ペットボトル	16日(月)	10:00~11:30	講習室12名	
★囲碁ボール 持ち物:フェイスタオル、飲み物、室内履き	23日(月)	14:00~16:00	洋室12名	
★懐かしの小さな映画会	24日(火)	14:00~終了まで	講習室30名	
★楽・楽 ポッチャ 持ち物:フェイスタオル、飲み物、室内履き	25日(水)	14:00~15:30	洋室12名	
★いどばた音活会	28日(土)	10:30~11:30	洋室20名	
★スマホ教室 ~ 画面の見方を知ろう+個別相談 ~	30日(月)	10:00~11:30	講習室20名	

事前申込・先着順

事業名(詳細は、ポスターでご確認ください)	実施日	実施時間	場所・定員	申込期間
★理学療法士が伝える! ~ 内部疾患・身体症状予防のまとめ ~	19日(木)	14:30~15:30	洋室20名	3月2日(月)~
★だいこんブラスと観客の皆さんと一緒に	21日(土)	11:00~12:00	多目的ホール(2階) 150名	受付中
★血管年齢測定会	25日(水)	10:00~11:30	生活相談室12名	2月20日 (金)~
★スマホ初心者相談会	26日(木)	14:00~16:00	生活相談室6名	
★壁面飾りをつくろう	30日(月)	10:00~11:30	洋室15名	