



## 5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	1日(金) 12日(火)	10:00~11:00	娯楽室・和室 15名	窓口申込 4/20(月) ~ 4/24(金)  電話申込み 4/23(木) ・ 4/24(金)  抽選発表 4/28(火)
★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	8日(金) 22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	15日(金)・19日(火) 26日(火)・29日(金)	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	13日(水) 27日(水)	10:00~ 1時間程度	娯楽室・和室 10名	
★ボタニカルアート 持ち物: えんぴつ、消しゴム、作品を挟んで持帰るもの、筆拭き用ハンドタオル(汚れても良いもの)	2日(土)・9日(土) ※両日参加できる方	10:00~11:30	生活相談室 8名	
★はつらつ健康マージャン	9日(土)	9:15~11:30	娯楽室10名	
★輪投げ 持ち物: フェイスタオル、飲み物、室内履き	11日(月)	14:00~15:30	洋室10名	
★水彩色鉛筆を使ってみよう ~ あじさい ~ 持ち物: 水拭き用ハンドタオル(汚れても良いもの)	13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	14日(木)	14:00~15:30	洋室8名	
★手工芸教室 ~ 布で作るブローチ ~ 持ち物: 針、白糸、待ち針、作品持ち帰り袋	16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	18日(月)	10:00~11:30	講習室12名	
★スマホ教室 ~ マップやカメラを使ってみよう+個別相談 ~	25日(月)	10:00~11:30	講習室20名	
★楽・楽 ボッチャ 持ち物: フェイスタオル、飲み物、室内履き	25日(月)	14:00~15:30	洋室12名	
★懐かしの小さな映画会	27日(水)	14:00~終了まで	講習室30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
★あなたとわたしのコンサート	4月27日(月)	14:00~15:00	多目的ホール100名	受付中
★うたと音楽の健康レクリエーション	5月8日(金)	14:00~15:00	多目的ホール70名	
★血管年齢測定会	5月11日(月)	10:00~11:30	生活相談室12名	4月20日(月)~
★ステップアップスマホ相談会	5月19日(火)	9:30~12:00	生活相談室5名	
★理学療法士が伝える ~【体力】その息切れは年のせい?!~	5月21日(木)	14:30~15:30	洋室20名	5月1日(金)~
★スマホ初心者相談会	5月28日(木)	14:00~16:00	生活相談室6名	4月20日(月)~
★BRAVO BAND (ブラボーバンド)	6月19日(金)	14:00~15:00	多目的ホール100名	5月1日(金)~