

曜日	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
日			1		2		3		4		5	
和室			都てまり 同好会	ちぎり絵同好会	五行歌同好会		抹茶同好会	カラオケ 同好会	煎茶同好会	カラオケ雅 同好会	●○	
集会室			ココから体操 コーラス教室・ 同好会	卓球同好会B	書道教室・ 書道同好会	生きいきサロン	ココから体操 はっぴい 体操教室	卓球同好会C	民謡同好会	卓球同好会A	ココから体操 ダンス 同好会A	ダンス 同好会P
会議室							名画鑑賞会		ひょうたん布きり (第2会議室)			
日	7		8		9		10		11		12	
和室	布花同好会	絵手紙教室・ 絵手紙同好会	謡曲同好会	ギター教室・ ギター同好会	●○		楽典同好会	カラオケ 同好会	祝日 (山の日)		将棋講座	●○
集会室	ビリヤード 同好会	3B体操同好会	ココから体操 いきいき筋トレ	卓球同好会B	いきいき筋トレ	生きいきサロン	ココから体操 はっぴい 体操教室	卓球同好会C			ココから体操 ダンス 同好会A	ダンス 同好会P
会議室												
日	14		15		16		17		18		19	
和室	詩吟同好会	ハワイアン フラ同好会	ちぎり絵同好会		五行歌同好会		抹茶同好会	カラオケ 同好会	煎茶同好会	カラオケ雅 同好会	●○	
集会室	ビリヤード 同好会	卓球同好会D	ココから体操 コーラス教室・ 同好会	卓球同好会D	書道教室・ 書道同好会	☆卓球	ココから体操 はっぴい 体操教室	卓球同好会C	民謡同好会	卓球同好会A	ココから体操 ダンス 同好会A	ダンス 同好会P
会議室							名画鑑賞会				みんなの 映画会	
日	21		22		23		24		25		26	
和室	布花同好会	絵手紙教室・ 絵手紙同好会	謡曲同好会	ギター教室・ ギター同好会	●○		楽典同好会	カラオケ 同好会	大正琴同好会	舞踊同好会	ふれあいまつり	
集会室	ビリヤード 同好会	3B体操同好会	ココから体操 いきいき筋トレ	卓球同好会B	いきいき筋トレ	生きいきサロン	ココから体操 はっぴい 体操教室	卓球同好会C	やさしい 英会話同好会	卓球同好会A		
会議室									健康はつらつ			
日	28		29		30		31					
和室	詩吟同好会	ハワイアン フラ同好会	※都てまり 同好会	●○	※五行歌 同好会		※大正琴 同好会	※カラオケ 同好会				
集会室	ビリヤード 同好会	卓球同好会D	ココから体操 ※3B体操 同好会	健康講座	認知症 サポーター講座	生きいきサロン	ココから体操 はっぴい 体操教室	※卓球同好会 C				
会議室							健康講座					

おもな事業紹介↓

教室
初心者の方向けのもの、受講期間は4月から1年間(来年度募集は2月中旬～3月上旬)
絵手紙・コーラス・書道・ギター

同好会 ※途中入会は不可
教室を修了された方が対象
絵手紙・コーラス・書道・ギター

同好会 ※随時入会可能
同じ趣味の方が集って、自主的に活動
カラオケ・ビリヤード・卓球・抹茶・謡曲・舞踊・詩吟・民謡
煎茶・3B体操・五行歌・ダンスA・P・都てまり・大正琴・
やさしい英会話・布花・ハワイアンフラ・カラオケ雅・ちぎり絵・
楽典

介護予防事業(健康づくり講座)
実践的な活動を重視した身体的な健康の維持向上と
介護予防事業を実施
☆要申込⇒電話か来所にて

教養講座事業
多様化する高齢者のニーズに対応するために単発的に
実施
☆要申込⇒電話か来所にて

生きいきサロン
ひとり暮らしなどの方を対象に、ゲームなどのレクレー
ションを通して居場所づくりを実施
☆毎週水曜日 午後1:30～3:30
☆費用 月100円
☆入会の際、簡単な面接あり

いきいき筋トレ
転倒予防の筋カトレニング
受講期間は4月から1年間の登録制
月2回(第2・4火曜日・水曜日)
火曜日:午前9:40～10:55(一部)
午前11:00～12:15(二部)
水曜日:午前9:30～10:45(一部)
午前10:55～12:10(二部)

名画鑑賞会
懐かしの感動巨編を上映
※申し込み不要 月2回開催予定

みんなの映画会
アニメ、洋画、邦画、いろいろなジャンルの映画を上
映
※年齢は問いません
※申し込み不要 月1回開催予定

ひょうたん(ボランティアグループ)
老人デイサービス・生きいきサロンで活動
※登録制

ココから体操
体力のない方でもできる心と体の楽しい体操
※登録制(毎週火曜日・木曜日・土曜日)
午前9:00～9:30(火曜日)
午前9:00～9:45(木曜日・土曜日)
持ち物:上靴・タオル

老人福祉センターの利用条件
対象:市内在住の60歳以上の方
利用料:無料(ただし、必要に応じて実費負担)
利用時間:午前9時～午後5時
休所日:日曜・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)

◎予定が変更になる場合がありますので、
事務所前の掲示板にてご確認ください。

☆印→卓球ができます
●○印→囲碁・将棋ができます(入室は12:30から)
予定表の※印は祝日等の振替です

今月の映画会

名画鑑賞会
「映画女優」 日時:8月3日(木)午後1時30分～ 出演:吉永小百合、森光子
「陰陽師」 日時:8月17日(木)午後1時30分～ 出演:野村萬斎、伊藤英明
みんなの映画会
「オケ老人」 日時:8月19日(土)午後1時30分～ 出演:杏、左とん平
(詳細は、掲示のポスターをご覧ください)

※映画会は申込み不要です。満席の場合は入場をお断りする場合があります。
また、都合により上映の中止・上映作品を変更することがあります。
あらかじめご了承ください。