



7月事業カレンダー

発行日
平成30年6月15日(金)
《第1刷》

かがやきプラザ 高齢者活動センター 電話03-3265-1161 FAX 03-3265-1162 【午前9時～午後5時 開館】
〒102-0074 千代田区九段南1-6-10 かがやきプラザ4階 (千代田区社会福祉協議会が運営しています)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休館日 (定例休館日)	●七夕交流会 (千代田幼稚園) ▲トレーニングマ シンサポートデイ ▲万世橋ふれあい	●▲運動サポート 相談(理学療法 士) ●▲トレーニング マシンサポートデ イ	●パソコンサロン ▲トレーニングマ シンサポートデイ ▲利用者懇談会& 同好会連絡会	●▲運動サポート 相談(理学療法 士) ▲トレーニングマ シンサポートデイ	●健康医療相談 (医師) ▲富士見ふれあい	●▲カラオケ開放 ▲神保町ふれあい
8	9	10	11	12	13	14
●▲カラオケ開放	●▲麻雀交流大会 ▲トレーニングマ シンサポートデイ ▲万世橋ふれあい	●▲運動サポート相談 (理学療法士) ●▲トレーニングマ シンサポートデイ ●栄養相談(管理栄養 士) ●古代史と文字 ▲理学療法士によるス ポット体操「股関節」	▲トレーニングマ シンサポートデイ ▲七夕カラオケ大 会	●▲運動サポート 相談(理学療法 士) ▲運動器相談(医 師) ▲トレーニングマ シンサポートデイ	▲健康医療相談 (医師) ▲ハンドマッサー ジ ▲翹町ふれあい ▲和泉橋ふれあい	●パソコンサロン ▲神保町ふれあい ▲神田公園ふれあ い
15	16	17	18	19	20	21
●▲カラオケ開放		●▲運動サポート 相談(理学療法 士) ●▲トレーニング マシンサポートデ イ	●パソコンサロン ▲トレーニングマ シンサポートデイ	●▲運動サポート 相談(理学療法 士) ●おりがみ講習会 「あさがお」 ▲トレーニングマ シンサポートデイ	●健康医療相談(医 師) ▲翹町ふれあい ▲絵手紙講習会(一番 町集会室) ▲富士見ふれあい ▲神田deにぎわい健康 パーク(こもれび千 桜)	●▲カラオケ開放 ▲神保町ふれあい
	【海の日】					
22	23	24	25	26	27	28
●▲カラオケ開放	▲トレーニングマ シンサポートデイ ▲万世橋ふれあい	●▲運動サポート 相談(理学療法 士) ●▲トレーニング マシンサポートデ イ ●栄養相談(管理 栄養士)	●▲リフレッシュ マッサージサービ ス ●▲演芸サークル 発表会 ▲トレーニングマ シンサポートデイ	●▲運動サポート 相談(理学療法 士) ▲理学療法士によ るスポット体操 「股関節」 ▲トレーニングマ シンサポートデイ	▲健康医療相談 (医師) ▲翹町ふれあい ▲和泉橋ふれあい	●パソコンサロン ▲神田公園ふれあ い ▲愛唱歌講習会 (スポーツセン ター)
29	30	31	裏面は、 かがやき大学の スケジュールです。			
●▲カラオケ開放	▲トレーニングマ シンサポートデイ	●▲運動サポート 相談(理学療法 士) ▲トレーニングマ シンサポートデイ				

●は午前・▲は午後に行う事業です。

詳しい時間・場所・内容などは、センター窓口・のぞみ7月号などでご確認ください。

このほか、毎日10時30分～11時にラジオ体操、脳のトレーニングを行っています。水曜日は午後1時20分～千代田体操です。

7月かがやき大学カレンダー

自分が受ける講座の□にチェックをつけましょう！

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
午前	休館日 (定例休館日)					<input type="checkbox"/> 与謝野鉄幹・晶子④	
午後		<input type="checkbox"/> ゴスペル入門④	<input type="checkbox"/> 脳いきいき講座(運動)②		<input type="checkbox"/> 蝶々夫人と日露戦争(クラシック)④		
	8	9	10	11	12	13	14
午前						<input type="checkbox"/> 与謝野鉄幹・晶子⑤	
午後					<input type="checkbox"/> 蝶々夫人と日露戦争(クラシック)⑤		
	15	16	17	18	19	20	21
午前							
午後							
	22	23	24	25	26	27	28
午前							
午後							
	29	30	31	詳しい時間・場所・内容などは センター窓口でご確認ください。			
午前							
午後				 かがやき大学 chiyo da kagayaki university			