



12月事業カレンダー

発行日
平成29年11月15日(水)
《第1刷》

かがやきプラザ 高齢者活動センター 電話03-3265-1161 FAX03-3265-1162 【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
裏面は、かがやき大学の スケジュールです。						1 ●健康医療相談 (医師) ▲富士見ふれあい
2						●パソコンで年賀状 ●道の会(書道)体 験会 ▲ビリヤード講習会 ▲神保町ふれあい ▲神田公園ふれあい
3 休館日 (定例休館日)	4 ●クルクルシャイン (ペーパークイリン グ)体験会 ▲トレーニングマシ ンサポートデイ ▲万世橋ふれあい	5 ●▲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 ▲歌声サロン明星 の会体験会	6 ▲トレーニングマ シンサポートデイ	7 ●▲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	8 ▲健康医療相談 (医師) ▲ハンドマッサージ ▲麴町ふれあい ▲和泉橋ふれあい	9 ▲神保町ふれあい ▲神田公園ふれあ い ▲愛唱歌講習会 (スポーツセン ター)
10 ●▲カラオケ開放	11 ▲トレーニングマ シンサポートデイ ▲万世橋ふれあい	12 ●▲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) ▲理学療法士によるス ポット体操「ひざ」	13 ▲トレーニングマ シンサポートデイ	14 ●▲運動サポート相 談(理学療法士) ●▲もく+もく窓口 ▲運動器相談(医師) ▲トレーニングマシ ンサポートデイ ▲卓球交流会	15 ●健康医療相談(医師) ▲麴町ふれあい ▲絵手紙講習会(一 番町集会室) ▲富士見ふれあい ▲和泉橋ふれあい ▲かがやきサロン	16 ●サンタがセン ターにやってくる ●道の会(書道) 体験会 ▲神保町ふれあい
17	18 ▲トレーニングマ シンサポートデイ ▲万世橋ふれあい	19 ●▲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 ▲年忘れカラオケ大 会	20 ▲トレーニングマ シンサポートデイ	21 ●▲運動サポート相 談(理学療法士) ●おりがみ講習会 ▲トレーニングマシ ンサポートデイ	22 ▲健康医療相談 (医師) ▲麴町ふれあい 《ゆず湯》	23 ●▲カラオケ開放 【天皇誕生日】
24 ●▲カラオケ開放	25 ▲クリスマスコン サート ▲トレーニングマ シンサポートデイ	26 ●▲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)	27 ●▲リフレッシュ マッサージサービ ス ▲トレーニングマ シンサポートデイ	28 ●▲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「ひざ」 ▲トレーニングマシ ンサポートデイ	29	30 ●▲カラオケ開放
31 休館日 (年末休館日)	1/1 休館日 (年始休館日)	2 休館日 (年始休館日)	3 休館日 (年始休館日)	新年は1月4日からとなります。 来年も、どうぞよろしくお願 いいたします。		

●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11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13時20分～千代田体操です。

12月かがやき大学カレンダー

かがやきプラザ 高齢者活動センター 電話03-3265-1161
〒102-0074 千代田区九段南1-6-10 かがやきプラザ4階

FAX03-3265-1162 【午前9時～午後5時 開館】
(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
<p>星印は「かがやき大学」の講座で、 ☆は午前・★は午後に行います。 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。</p>					1 ☆芥川龍之介 ★世界遺産	2
3 休館日 (定例休館日)	4 ☆心ときめく ★ベートーヴェン	5 ★シャンパーニュ	6 ☆楽しく運動 ★ゴスペル	7 ★にほんけいざい ばなし (和泉会館)	8 ☆ゼミナール 「心がアラワレル 写経」	9
10	11 ☆心ときめく ★ベートーヴェン	12 ☆名著再読	13 ☆楽しく運動 ★ゴスペル	14	15	16
17	18 ☆フォーク	19	20	21	22 ☆ゼミナール 「心がアラワレル 写経」	23 【天皇誕生日】
24	25	26	27	28	29	30
31 休館日 (年末休館日)	1/1 休館日 (年始休館日)	2 休館日 (年始休館日)	3 休館日 (年始休館日)	<p>新年も、かがやき大学で お待ちしております。 よく学び、よく笑う1年に。</p> 		