



2月事業カレンダー

発行日
平成30年1月15日(月)
《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
				1	2	3
				●▲運動サポート 相談(理学療法士) ▲節分福まき会 ▲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
4	5	6	7	8	9	10
休館日 (定例休館日)	▲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 ンサポートデイ ▲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) ●▲もく+もく窓 ▲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 ▲麴町ふれあい ▲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
11	12	13	14	15	16	17
●▲カラオケ開放 【建国記念の日】	【振替休日】	●▲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)	▲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 ▲理学療法士による ス波特体操「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) ▲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 ▲かがやきサロン	●▲カラオケ開放 ▲神保町ふれあい ▲バリスタ・傾聴 ボランティア講座
18	19	20	21	22	23	24
●▲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 ●はじめてのスマホ	●▲リフレッシュ マッサージサービス ●パソコンサロ ン ▲トレーニングマ シンサポートデイ ▲木の会(俳句)体験会 ▲万世橋書道同好会 体験会	●▲運動サポート 相談(理学療法士) ▲理学療法士による ス波特体操「股関節」 ▲トレーニングマ シンサポートデイ 同好会活動作品展	▲健康医療相談 (医師) ▲麴町ふれあい ▲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) ▲ひまわりの会(絵手 紙)体験会
25	26	27	28	裏面は、かがやき大学の スケジュールです。		
●▲カラオケ開放 ▲クルクルシャイ ン体験会 同好会活	▲トレーニングマ シンサポートデイ ▲万世橋ふれあい 動作品展	●▲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) ●はじめてのスマホ ▲はじめてのタブレッ ト	▲トレーニングマ シンサポートデイ ▲福祉芸能大会 (共立講堂)			

●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2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。

2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 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
				1	2	3
4 休館日 (定例休館日)	5 ☆ゼミナール「つ くって楽しむ！ ウォーキング講 座」	6	7 ★ゼミナール「対 話する美術鑑賞」	8	9	10
11 【建国記念の日】	12 【振替休日】	13	14	15	16	17
18	19 ☆ゼミナール「つ くって楽しむ！ ウォーキング講 座」	20	21 ★ゼミナール「対 話する美術鑑賞」	22	23	24
25	26	27	28	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。		