



高齢者活動センター

5月事業カレンダー

発行日

平成31年4月20日(土)

《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
裏面は、かがやき大学の スケジュールです。 事業カレンダーは毎月より 20日発行になります。			1 【国民の祝日】	2 【国民の休日】	3 ●▲しょうぶ湯 ▲映像で振り返る 平成 【憲法記念日】	4 休館日 (臨時休館日) 【みどりの日】
5 休館日 (定例休館日) 【こどもの日】	6 【振替休日】	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 ●栄養相談	8 ▲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	9 ●▲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 ▲運動器相談 (医師)	10 ●健康医療相談 (医師) ▲麹町ふれあい ▲富士見ふれあい ▲和泉橋ふれあい	11 ●パソコンサロ ン ▲神保町ふれあい ▲神田公園ふれあ い
12 ●▲カラオケ開放	13 ▲トレーニングマ シンサポートデ イ ▲万世橋ふれあい	14 ●▲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 ●ふれあい給食 ▲スポット体操 「膝」	15 ●パソコンサロ ン ▲トレーニングマ シンサポートデ イ	16 ●▲運動サポート 相談(理学療法 士) ●おりがみ講習会 「2色クロ ー パー」 ▲トレーニングマ シンサポートデ イ	17 ●健康医療相談 (医師) ▲麹町ふれあい ▲富士見ふれあい	18 ●▲カラオケ開放 ▲神保町ふれあい ▲ピリヤード中級 講習会(1)
19 ●▲カラオケ開放	20 ▲トレーニングマ シンサポートデ イ ▲万世橋ふれあい ▲かがやき大学ア フタースクール 「千代田古写真 ミュージアム」	21 ●▲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	22 ●▲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 ▲ハンドトリート メント	23 ●▲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 ▲スポット体操 「膝」	24 ▲健康医療相談 (医師) ▲麹町ふれあい ▲和泉橋ふれあい	25 ●パソコンサロ ン ●ピリヤード中級 講習会(2) ▲神保町ふれあい ▲神田公園ふれあ い ▲Ciao!クラブ「手 話喫茶」
26 ●▲カラオケ開放	27 ▲トレーニングマ シンサポートデ イ ▲万世橋ふれあい	28 ●▲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	29 ●パソコンサロ ン ▲トレーニングマ シンサポートデ イ	30 ●▲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	31 ▲健康医療相談 (医師)	

●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5月号などでご確認ください。

このほか、毎日午前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。

高齢者活動センター

5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
午前	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。						休館日 (臨時休館日)
午後				【国民の祝日】	【国民の休日】	【憲法記念日】	
	5	6	7	8	9	10	11
午前	休館日 (定例休館日)		<input type="checkbox"/> 愛昭歌②				
午後		【こどもの日】	【振替休日】				
	12	13	14	15	16	17	18
午前		<input type="checkbox"/> 自分語辞典 ②	<input type="checkbox"/> ウォークA			<input type="checkbox"/> ロング ウォーク	
午後		<input type="checkbox"/> 画家たち②			<input type="checkbox"/> クラシック ①		
	19	20	21	22	23	24	25
午前		<input type="checkbox"/> 自分語辞典 ③	<input type="checkbox"/> 愛唱歌③		<input type="checkbox"/> ウォークB	<input type="checkbox"/> スマホB	
午後		<input type="checkbox"/> 古写真① <input type="checkbox"/> かがやき大学 アフタースクール	<input type="checkbox"/> ブリュック とメスキータ			<input type="checkbox"/> タブレット B	
	26	27	28	29	30	31	
午前		<input type="checkbox"/> 言葉遊び	<input type="checkbox"/> ウォークC			<input type="checkbox"/> 熱中症	
午後		<input type="checkbox"/> 画家たち③			<input type="checkbox"/> クラシック ②		



かがやき大学
chiyoda kagayaki university