

白金台いきいきプラザ 6月予定表

港区立白金台いきいきプラザ

白金台だより 6月号



事前申込の必要な事業(抽選)

申込方法：ご本人が窓口またはお電話にて ※抽選結果は、当選者のみ電話連絡いたします

7月～9月度 教室事業のお申込み

お待たせしました！今月は「民謡教室」・「書道ペン習字教室」そして「バドミントン教室」改め「バドミントン倶楽部」の受付を行ないます。60歳以上の港区民が対象です。いきいきプラザ登録証をお持ちでない方はプラザ窓口でお作りください

書道・ペン習字教室

毛筆そしてペン習字、お好きな方を選んで学ぶことができます(両方も可)

日時：7月・9月 ※8月は休み(毎月第2,第4火曜日)
10:00～11:30
 場所：2階 集会室B
 定員：20名(抽選) / 費用：月謝 500円
 持ち物：書道道具+半紙 又は ボールペン+便箋
 講師：長山 博子氏
 申込期間：6月2日(金)～6月23日(金)
 抽選結果：6月27日(火)以降



民謡教室

三味線に合わせて、民謡、俗曲、歌謡曲、童謡など歌いませんか

日時：7月・9月 ※8月は休み
13:00～15:00(第1～第4火曜日)
 場所：2階 集会室B
 定員：15名(抽選)
 費用：月謝 1,000円
 持ち物：飲み物(喉を潤すため)
 講師：鈴木 愛子氏 / 副講師：田中 裕美氏
 申込期間：6月2日(金)～6月23日(金)
 抽選結果：6月27日(火)以降



★月謝は日割りできません(月の途中から参加された場合なども1ヶ月分の月謝をいただきます)

バドミントン倶楽部

準備や片付け、審判もみんなで和気あいあいと行なっています♪初めての方は見学のうえ、お申込みください!!

日時：7月～9月(毎週火曜日)
 ① 第1,3木曜日+第1日曜日(原則) **13:00～16:45**(月3回)
 ② 第2,4木曜日+第2日曜日(原則) **13:00～16:45**(月3回)
 ※①,②,それぞれ第1希望、第2希望をお選びください。指導者不在のダブルスでの試合形式となります。

場所：地下2階ホール / 費用：無料 / 定員：①,②各20名(抽選)
 持ち物：上履き、ラケット / 申込期間：5月25日(木)～6月15日(木)
 抽選結果：6月22日(木)以降にご連絡いたします

ただし、①②を合わせた応募人数が25名以下の場合

①,②を合わせた1コースとし、第1～4木曜日+第1日曜日(月5回)の開催となります

★バドミントン倶楽部は任意でスポーツ保険に加入できます(スポーツ保険は1年間が対象期間となります)



日	月	火	水	木	金	土
は、お風呂利用日です。 お風呂をご利用される際は、ご利用個人登録証が必要です。 ♫入浴日 月・水・金 ♫入浴時間 13:00～16:00		フリーマシントレーニング 日時：毎週木・日曜日 13:30～16:30 場所：1階 にここごサロン ※参加には条件がございます。 詳細は職員におたずねください。		1 白金台ヨガ 10:10～12:30 バドミントン 13:00～16:45	2 カントリーダンス 10:00～11:30 健康トリム体操 13:30～14:30 サロンdeストレッチ 15:00～16:00	3 フラダンス教室 10:00～12:00 麻雀サロン 12:30～16:40
4 麻雀サロン 12:30～16:40 バドミントン 13:00～16:30	5 利用者懇談会 10:00～11:00 編み物サロン 10:00～11:30 絵画サロン 10:00～12:30 麻雀サロン 12:30～16:40	6 和菓子教室 9:15～15:30 民謡教室 13:00～15:00 卓球教室 13:00～16:30 白金台シネマ館 14:00～16:00	7 輪投げ・ポッチャ 10:00～11:30 絵手紙サロン 10:00～12:00 歌声ひろば 10:00～12:00 麻雀サロン 12:30～16:40	8 白金台ヨガ 10:10～12:30 バドミントン 13:00～16:45 パソコン教室 14:00～15:30	9 カントリーダンス 10:00～11:30 健康トリム体操 13:30～14:30	10 フラダンス教室 10:00～12:00 麻雀サロン 12:30～16:40
11 英会話講座 9:30～12:00 麻雀サロン 12:30～16:40 	12 編み物サロン 10:00～11:30 絵画サロン 10:00～12:30 麻雀サロン 12:30～16:40	13 書道・ペン習字教室 10:00～11:30 民謡教室 13:00～15:00 卓球教室 13:00～16:30	14 輪投げ・ポッチャ 10:00～11:30 いきいきコア 10:00～11:45 麻雀サロン 12:30～16:40	15 白金台ヨガ 10:10～12:30 バドミントン 13:00～16:45 	16 カントリーダンス 10:00～11:30 健康トリム体操 13:30～14:30 サロンdeストレッチ 15:00～16:00	17 フラダンス教室 10:00～12:00 歌声ひろば 10:00～12:00 麻雀サロン 12:30～16:40
18 麻雀サロン 12:30～16:40 	19 編み物サロン 10:00～11:30 絵画サロン 10:00～12:30 麻雀サロン 12:30～16:40	20 クレヨンアート 10:00～11:30 民謡教室 13:00～15:00 卓球教室 13:00～16:30 白金台シネマ館 14:00～16:00	21 輪投げ・ポッチャ 10:00～11:30 絵手紙サロン 10:00～12:00 麻雀サロン 12:30～16:40	22 白金台ヨガ 10:10～12:30 バドミントン 13:00～16:45 パソコン教室 14:00～15:30	23 カントリーダンス 10:00～11:30 サロンdeボイス 10:00～12:00 健康トリム体操 13:30～14:30	24 フラダンス教室 10:00～12:00 スマホ講座 14:00～15:30
25 英会話講座 9:30～12:00 麻雀サロン 12:30～16:40 	26 編み物サロン 10:00～11:30 サロンdeボイス 10:00～12:00 絵画サロン 10:00～12:30 麻雀サロン 12:30～16:40	27 書道・ペン習字教室 10:00～11:30 民謡教室 13:00～15:00 卓球教室 13:00～16:30 スマホ講座 14:00～15:30	28 健康講話 9:45～10:00 輪投げ・ポッチャ 10:00～11:30 いきいきコア 10:00～11:45 麻雀サロン 12:30～16:40	29 白金台ヨガ (第1・3コースの方) 10:10～12:30 バドミントン 13:00～16:45	30 いきいき脳トレ 11:00～12:00 サロンdeストレッチ 15:00～16:00	

利用者懇談会

活動報告や事業のご案内、意見交換などを行ないます

日時：6月5日(月曜日) 10:00～11:00 場所：1階 敬老室 対象：どなたでも 申込：不要

事前申込の必要な事業(抽選) 対象:60歳以上の港区民

申込方法:ご本人が窓口またはお電話にて ※抽選結果は、当選者のみ電話連絡いたします

初心者でも作れる 和菓子教室

日時:7月4日(火曜日) 8月1日(火曜日) 9月5日(火曜日) 全3回
①10:00~12:00 ②13:30~15:30

※①か②のいずれかをお選びください
場所:2階 集会室E / 対象:港区民(全3回参加可能な方 ※中学生以上)
定員:各15名(抽選) / 費用:1,000円(材料費 3回分) ※初回徴収致します
持ち物:マスク、エプロン、三角巾、さらし布巾、タオル、筆記用具、メモ帳、タッパー等(和菓子持ち帰り用)
申込:ご本人が窓口またはお電話にて / 申込期間:5月25日(木)~6月6日(火)
抽選結果:6月9日(金)以降に当選者のみご連絡いたします。
※6月20日(火)までにご連絡がつかない場合はキャンセル扱いとさせていただきますのでご了承ください。
※和菓子の内容が重複することがありますのでご了承ください。



第41回 ゆかた着付け講習

浴衣をもう既に着ることができる人も、初めての人も一緒に、浴衣を楽しんで笑顔になりましょう♪

日時:7月9日(日曜日) 13:00~15:00

場所:1階 敬老室 / 定員:15名(抽選)
対象:港区民(中学生以上の女性)
費用:無料 / 講師:福島 君枝氏(白金 鈴の会)
申込期間:6月11日(日)~6月28日(水)
抽選結果発表:7月2日(日)以降

持ち物
浴衣, 半幅帯, 帯板(ゴム付推奨)
腰紐3本, タオル3枚(補正用)
浴衣下



歌声ひろば

日時:7月~9月 (第1水曜・第3土曜日)
10:00~12:00

場所:2階 集会室B
対象:60歳以上の港区民
定員:25名(抽選) / 費用:無料
講師:藤井 弘好氏
(白銀会ピアノ教室主宰 国立音楽大学卒業)
鷺見 尚保氏
(国立音楽大学器楽科卒業 ウィーン国立音楽大学指揮科に留学H.スワロフスキ氏に師事 日本ヨハンシュトラウス協会管弦楽団指揮者)
申込期間:6月1日(木)~6月23日(金)
抽選結果発表:6月28日(水)以降



いきいきコーア

日本の美しい歌と外国語の歌(ドイツ語、イタリア語、フランス語、英語など)発音からゆっくり練習します。

日時:7月~9月 (第2・第4水曜日)
10:00~11:45

場所:2階 集会室B
対象:60歳以上の港区民
定員:25名(抽選) / 費用:無料
講師:金子 琴枝氏
申込期間:6月6日(火)~6月28日(水)
抽選結果発表:7月4日(火)



サロンdeボイス

日時:6月23日(金曜日) 6月26日(月曜日)
10:00~12:00

※お申込みはどちらか1日をお選びください
場所:2階 集会室B / 定員:25名(抽選)
対象:60歳以上の港区民 / 講師:山岸 典子氏
費用:無料 / 持ち物:飲み物(喉を潤すため)
申込締切日:6月10日(土)
抽選結果発表:6月13日(火)以降
※次回開催は来月のおたよりに掲載します!



スマホ講座

~スマホのカメラ機能について~

スマホに搭載されていますカメラの使い方についての初歩講座です。まだ始めたばかりの皆さんに!

日時:6月24日(土曜日) 6月27日(火曜日)
14:00~15:30

場所:1階 にこにこサロン / 定員:12名(抽選)
対象:60歳以上の港区民 費用:無料
申込期間:5月29日(月)~6月15日(木)
抽選結果発表:6月17日(土)以降



事前申込の不要な事業 対象:60歳以上の港区民

※初めてご参加の際は、職員にお声掛けください

サロン・事業名	日時	場所	講師・事業内容等
いきプラ体操	毎日9:15~9:45	1階 敬老室	当プラザ職員
サロンdeヨーガ改め サロンdeストレッチ	毎月第1,第3,第4金曜(祝日を除く) ※5週目がある場合,第4ではなく第5開催 15:00~16:00	地下2階 ホール	伊藤 洋子氏 ※内容については変更はありません
カントリーダンス	毎月第1~第4金曜日 10:00~11:30	地下2階 ホール	若月 千代氏 ※後半30分は初心者向けの内容です
クレヨンアート サロン	偶数月 第3火曜日 10:00~11:30 今月は、6月20日(火)です	2階 集会室B	当プラザ職員
健康講話	毎月第4水曜日 9:45~10:00	1階 敬老室	当プラザ看護師
お気軽 絵画サロン	毎週月曜日 10:00~12:30	2階 集会室C	講師なし、水彩絵の具・色鉛筆 画用紙等ご用意しています
初めての 絵手紙サロン	第1・第3水曜日 10:00~12:00	2階 集会室C	講師なし、画材道具・はがき等 ご用意しています
編み物サロン	毎週月曜日(祝日を除く) 10:00~11:30	1階 敬老室	講師なし、毛糸や編み棒等は ご自身でご用意いただけます
輪投げ&ボッチャ サロン	毎週水曜日 10:00~11:30	地下2階 ホール	講師なし、体育館履きをご持参ください 道具はご用意しています
白金台昭和シネマ館	6月6日(火)・20日(火) 14:00~16:00	1階 にこにこ サロン	懐かしの映画等を上映します
麻雀サロン	毎週日・月・水・土曜日 12:30~16:40 6月24日(土)はお休みです 初心者向けの卓を1~2卓ご用意します 初心者の方もお気軽にご参加ください	2階 集会室D 集会室E	<参加方法> 事務所窓口にて受付番号札を受け取った 後、敬老室で待機、12:30から敬老室 にて順番決めます。 12:30の段階で定員以上の参加希望が あった場合は抽選となります。 ※参加の詳細は職員におたずねください ※定員は32名程度です
囲碁サロン	毎日13:00~16:55	1階 多目的室	講師なし
フリーマシ ントレーニング	毎週木・日曜日 13:30~16:30	1階 にこにこ サロン	※ご参加には条件があります

お申込み・お問い合わせはこちらまで!

港区立白金台いきいきプラザ(指定管理者:社会福祉法人 奉優会)
住所 〒108-0071 港区白金台4-8-5 白金台駅1番出口 徒歩1分 電話:03-3440-4627 FAX:03-3440-0795
開館時間【月~土曜日】9:00~21:30【日曜日】9:00~17:00 メールアドレス: ikiiki-shirokanedai@foryou.or.jp
敬老室・多目的室・マッサージ機・ヘルストロン等のご利用は17:00まで

★60歳以上の港区民の方はどなたでもいきいきプラザをご利用になれます。ご利用になる際は、いきいきプラザの個人登録が必要でです。住所・氏名・年齢が記載された本人確認書類および緊急連絡先のメモをご持参下さい。
★講師の都合や天災等により事業が中止になる事があります。予めご了承ください。