

# 6月申込事業一覧

これは申込用紙ではありません

	事業名	日にち	時間	会場	講師名	参加費	持ち物
1	飯作さんのエアロビクス①	6月7日(火)	13:30~14:00	教養文化工作室	飯作俊介氏	¥100	室内履き、マットふき用タオル
2	飯作さんのエアロビクス②	6月7日(火)	14:00~14:30	教養文化工作室	飯作俊介氏	¥100	室内履き、マットふき用タオル
3	飯作さんのエアロビクス③	6月21日(火)	13:30~14:00	教養文化工作室	飯作俊介氏	¥100	室内履き、マットふき用タオル
4	飯作さんのエアロビクス④	6月21日(火)	14:00~14:30	教養文化工作室	飯作俊介氏	¥100	室内履き、マットふき用タオル
5	のろさんの毎日元気	6月2日(木)	11:00~12:30	教養文化工作室	野呂尚史氏	¥100	マットふき用タオル
6	自力で骨盤調整①	6月2日(木)	10:15~10:45	大広間	稲田愛氏	¥100	なし
7	自力で骨盤調整②	6月2日(木)	10:45~11:15	大広間	稲田愛氏	¥100	なし
8	だれでも筋トレ	6月11日(土)	10:30~11:30	教養文化工作室	片山美奈子氏	¥100	室内履き、レッグバンド
9	リズムでストレッチ	6月7日(火)	10:30~11:30	教養文化工作室	近藤千恵氏	¥100	室内履き
10	からだケアとリズムでウォーキング	6月8日(水)	13:30~14:30	教養文化工作室	田中有紀子氏	¥100	室内履き、マットふき用タオル
11	リラックスヨガ①	6月9日(木)	10:15~11:05	教養文化工作室	稲田愛氏	¥100	マットふき用タオル
12	リラックスヨガ②	6月16日(木)	10:15~11:05	教養文化工作室	稲田愛氏	¥100	マットふき用タオル
13	リフレッシュエアロビクス	6月3日(金)	13:30~14:20	教養文化工作室	相原悦子氏	¥100	室内履き
14	脳きたえ~る(zoomでも)	6月18日(土)	10:30~11:30	教養文化工作室	瀬戸綾子氏	¥100	なし
15	軽快にイスラエルのステップ	6月5日(日)	9:30~11:00	教養文化工作室	那須達磨氏 馬淵真希氏	¥100	室内履き
16	椅子に座ってタップステップ	6月19日(日)	13:30~14:30	教養文化工作室	菊池未来氏	¥100	室内履き
17	足指トレーニング	6月25日(土)	10:30~11:30	教養文化工作室	片山美奈子氏	¥100	室内履き、5本指ソックス、ハンドタオル
18	椅子でちょっと体操	6月23日(木)	10:15~10:45	教養文化工作室	稲田愛氏	¥100	室内履き
19	ミニボールエクササイズ	6月23日(木)	10:50~11:20	教養文化工作室	稲田愛氏	¥100	室内履き
20	スローエアロビクス	6月24日(金)	11:00~11:50	教養文化工作室	相原悦子氏	¥100	室内履き
21	ようこそルーブルへ	6月16日(木)	13:30~15:00	教養文化工作室	福島 基之氏	¥100	筆記用具
22	わくわく工房(てるてる坊主)	6月12日(日)	11:00~12:30	機能訓練室	職員	100円 (材料費)	手拭きタオル
23	筋トレ! 男子~フレイル予防に~ 1コース8回(4月~7月まで)	6/14・28(火) 7/12・26(火)	14:00~15:00	機能訓練室	篠達雄氏	毎回 ¥100	なし
24	フラワーアレンジメント	6月7日(火)	11:00~12:00	機能訓練室	大野千絵氏	¥600	お持ち帰り用の袋
25	パソコンはじめまして①②(2回1コース)	6月1日・8日(水)	14:00~15:30	パソコンコーナー	廣田春夫氏	無料	筆記用具
26	パソコンはじめまして③④(2回1コース)	6月15日・22日(水)	14:00~15:30	パソコンコーナー	釘持太郎氏	無料	筆記用具
27	けん玉教室	6月12日(日)	14:00~15:00	大広間	吉本秀一氏 麻田和伸氏	無料	あればけん玉
28	岩渕職員の卓球パラダイス	6月5日(日)	13:30~14:30	教養文化工作室	職員	無料	室内履き、あればラケット
29	岩渕職員の体操パラダイス①	6月12日(日)	14:00~15:00	機能訓練室	職員	無料	なし ①or②どちらか1回
30	岩渕職員の体操パラダイス②	6月26日(日)	13:30~14:30	教養文化工作室	職員	無料	室内履き ①or②どちらか1回
31	岩渕職員の初心者パソコン相談室①	6月11日(土)	13:30~14:00	パソコンコーナー	職員	無料	なし
32	岩渕職員の初心者パソコン相談室②	6月11日(土)	14:00~14:30	パソコンコーナー	職員	無料	なし
33	岩渕職員の初心者パソコン相談室③	6月18日(土)	13:30~14:00	パソコンコーナー	職員	無料	なし
34	岩渕職員の初心者パソコン相談室④	6月18日(土)	14:00~14:30	パソコンコーナー	職員	無料	なし
35	白石職員のスマホお悩み相談室①	6月4日(土)	14:00~14:30	パソコンコーナー	職員	無料	なし
36	白石職員のスマホお悩み相談室②	6月4日(土)	14:30~15:00	パソコンコーナー	職員	無料	なし
37	白石職員のスマホお悩み相談室③	6月25日(土)	14:00~14:30	パソコンコーナー	職員	無料	なし

38	白石職員のスマホお悩み相談室④	6月25日(土)	14:30~15:00	パソコンコーナー	職員	無料	なし
39	電子ゲーム体験会①	6月5日(日)	14:00~16:30 ※入退室自由	大広間	職員	無料	なし
40	電子ゲーム体験会②	6月11日(土)	14:00~16:30 ※入退室自由	大広間	職員	無料	なし
41	電子ゲーム体験会③	6月18日(土)	14:00~16:30 ※入退室自由	大広間	職員	無料	なし
42	電子ゲーム体験会④	6月24日(金)	14:00~16:30 ※入退室自由	大広間	職員	無料	なし
43	世界に一つ！オリジナルカレンダー作り	6月28日(火)	10:15~11:45	機能訓練室	職員	無料	お持ち帰り用の袋
44	折り紙～パンダ～	6月21日(火)	10:15~11:45	機能訓練室	職員	無料	折り紙(黒色) お持ち帰り用の袋
45	大人の塗り絵	6月14日(火)	11:00~12:00	教養文化工作室	職員	無料	色鉛筆(ご自宅にあればお持ち下さい)
46	語りしばい(4回1コース) 最終回はミニ発表会も	①5/19(木)②6/3(金) ③6/16(木)④6/30(木)	10:00~11:30	大広間又は 教養文化工作室	馬淵真希氏	毎回 100円	筆記用具
47	韓国語サロン(4回1コース) ※①、④ファイブコグ実施	①6/29(水)②7/27(水) ③8/24(水)④9/28(水)	①、④13:00~15:00 ②、③14:00~15:00	教養文化工作室	職員	無料	筆記用具
48	春の板橋クリーンキャンペーン	5月26日(木)	8:45集合~50分間程予定	1階エレベーターホール	-	無料	飲み水・日よけ備品
49	映画鑑賞会(再上映)	5月27日(金)	13:00~15:00	教養文化工作室	-	無料	
50	映画鑑賞会(再々上映)	6月2日(木)	13:00~15:00	教養文化工作室	-	無料	

\*汗拭きや給水は各自持参 \*キャンセルの連絡はお早めに、連絡のない欠席はキャンセル料(事業参加費)をいただきます

## 事業申し込み方法

6月事業申込日：5月20日(金)午前9時～

【申込初日のみ】  
お一人5種まで申込可能

- ①【事業申込一覧表】に氏名等の必要事項を記入、参加希望講座の欄に○を付ける。  
(初日に限り、お一人5種までのお申込みとなります。21日以降は空き枠があればいくつでも申込可能)
  - ②【事業申込一覧表】を職員に渡し、各教室の【参加申込書】を職員から受け取り、氏名を記入する。
  - ③【参加申込書】を職員に渡す。職員が一覧表と照合、参加が確定したら【参加者控え】を受け取り、申込完了。
- ※混雑した場合はお待ちいただくことがございますので、予めご了承ください。
- ※同日同時刻より、お電話でも申込可能となります。