

11月申込事業一覧【要申込】

【事業申込開始:10月20日(金) 午前9時～】

★この用紙は申込用紙ではありませんのでご注意ください。

体操系の事業								
番号	事業名	日にち	時間	会場	定員(人)	講師名	参加費	持ち物
1	飯作さんのエアロビクス①	11月8日(水)	11:30~12:00	機能訓練室	15	飯作俊介氏	¥100	マットふき用タオル
2	飯作さんのエアロビクス②	11月8日(水)	12:00~12:30	機能訓練室	15	飯作俊介氏	¥100	マットふき用タオル
3	飯作さんのエアロビクス③	11月29日(水)	11:30~12:00	機能訓練室	15	飯作俊介氏	¥100	マットふき用タオル
4	飯作さんのエアロビクス④	11月29日(水)	12:00~12:30	機能訓練室	15	飯作俊介氏	¥100	マットふき用タオル
5	のろさんの毎日元気	11月2日(木)	11:00~12:30	教養文化工作室	15	野呂尚史氏	¥100	マットふき用タオル
6	自力で骨盤調整①	11月2日(木)	10:15~10:45	大広間	10	稲田愛氏	¥100	なし
7	自力で骨盤調整②	11月2日(木)	10:45~11:15	大広間	10	稲田愛氏	¥100	なし
8	だれでも筋トレ	11月11日(土)	10:30~11:30	教養文化工作室	22	片山美奈子氏	¥100	室内履き、レップバンド
9	リズムでストレッチ	11月7日(火)	10:30~11:30	教養文化工作室	20	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	11月8日(水)	13:30~14:30	教養文化工作室	15	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	11月9日(木)	10:15~11:05	教養文化工作室	20	稲田愛氏	¥100	マットふき用タオル
12	リラックスヨガ②	11月16日(木)	10:15~11:05	教養文化工作室	20	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	11月3日(金)	13:30~14:20	教養文化工作室	20	相原悦子氏	¥100	室内履き
14	脳!きたえ〜る	11月18日(土)	10:30~11:30	教養文化工作室	16	瀬戸綾子氏	¥100	なし
15	軽快にイスラエルのステップ	11月19日(日)	9:30~11:00	教養文化工作室	15	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	11月19日(日)	13:30~14:30	教養文化工作室	20	菊池未来氏	¥100	室内履き
17	足指トレーニング	11月25日(土)	10:30~11:30	教養文化工作室	16	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	11月23日(木)	10:15~10:45	教養文化工作室	20	稲田愛氏	¥100	室内履き
19	ミニボールエクササイズ	11月23日(木)	10:50~11:20	教養文化工作室	15	稲田愛氏	¥100	マットふき用タオル
20	スローエアロビクス	11月24日(金)	11:00~11:50	教養文化工作室	20	相原悦子氏	¥100	室内履き
21	男子限定! 今日から体操 (1コース6回)	①10月16日・②10月24日・③11月14日 ④11月28日・⑤12月12日⑥12月26日	10:00~11:00 第2・4水曜日	大広間	12	篠達雄氏	毎回 ¥100	なし
22	仲町アロマヨガ (1コース4回)	①11月8日・②11月22日 ③12月13日・④12月27日	10:15~11:05 第2・4水曜日	大広間	10	中村千晶氏	毎回 ¥100	マットふき用タオル アロマ用タオル
23	ふれあいZUMBAズンバ	11月14日(火)	10:30~11:30	教養文化工作室	15	MIHO氏	¥100	室内履き
24	仲町! ゆるゆるダンス	11月22日(水)	14:00~15:00	教養文化工作室	15	石井ふみえ氏	無料	室内履き
25	仲町! 卓球教室	11月21日(火)	10:15~11:45	教養文化工作室	10	三石利光氏	無料	室内履き フケット
26	100年生きてても大丈夫! 仲町健康づくり総合ステーション イタパ2 自宅で出来る! 簡単筋トレ教室	11月4日(土)	10:30~12:00	教養文化工作室	20	武藤孝子氏	¥100	室内履き

文化系の事業								
番号	事業名	日にち	時間	会場	定員(人)	講師名	参加費	持ち物
27	フラワーアレンジメント	11月7日(火)	11:00~12:00	機能訓練室	12	大野千絵氏	¥600	お持ち帰り用の袋
28	わくわく工房	11月26日(日)	11:00~12:30	機能訓練室	10	職員	¥300 (材料費)	良く切れるハサミ・手拭きタオル(フエルトテッシュ)お持ち帰りの袋
29	ようこそルーブルへふたたび	11月16日(木)	13:30~15:00	大広間	15	福島基之氏	¥100	筆記用具
30	世界に一つ! オリジナルカレンダー作り	11月21日(火)	11:00~12:00	機能訓練室	10	職員	¥50 (材料費)	ハサミ、ボンド又はノリ お持ち帰り用の袋
31	パソコンはじめまして 廣田先生担当①② (1コース2回)	11月1日・8日(水)	14:00~15:30	パソコンコーナー	2	廣田春夫氏	無料	筆記用具
32	パソコンはじめまして 鋳持先生担当①② (1コース2回)	11月7日・14日(火)	14:00~15:30	パソコンコーナー	2	鋳持太郎氏	無料	筆記用具
33	パソコンはじめまして 鋳持先生担当③④ (1コース2回)	11月15日・22日(水)	14:00~15:30	パソコンコーナー	2	鋳持太郎氏	無料	筆記用具

文化系の事業								
番号	事業名	日にち	時間	会場	定員(人)	講師名	参加費	持ち物
34	白石職員のスマホお悩み相談室①	11月10日(金)	14:00~14:30	パソコンコーナー	1	職員	無料	なし
35	白石職員のスマホお悩み相談室②	11月10日(金)	14:30~15:00	パソコンコーナー	1	職員	無料	なし
36	白石職員のスマホお悩み相談室③	11月17日(金)	14:00~14:30	パソコンコーナー	1	職員	無料	なし
37	白石職員のスマホお悩み相談室④	11月17日(金)	14:30~15:00	パソコンコーナー	1	職員	無料	なし
38	IT何でも相談室(パソコン・スマホ等)	11月18日(土)	①10:10~10:40 ②10:50~11:20 ③11:30~12:00	パソコンコーナー	各1	岡田清氏	無料	筆記用具 ノートパソコンまたは スマホ
39	IT何でも相談室(パソコン・スマホ等)	11月25日(土)	①10:10~10:40 ②10:50~11:20 ③11:30~12:00	パソコンコーナー	各1	岡田清氏	無料	筆記用具 ノートパソコンまたは スマホ
40	スマサポいたばし(スマホお悩み相談)①	11月9日(木)	14:00~14:30	パソコンコーナー	1	スマサポいたばしボランティア	無料	筆記用具 ご自分のスマホ
41	スマサポいたばし(スマホお悩み相談)②	11月9日(木)	14:30~15:00	パソコンコーナー	1	スマサポいたばしボランティア	無料	筆記用具 ご自分のスマホ
42	けん玉教室	11月12日(日)	14:00~15:00	大広間	12	吉本秀一氏 麻田和伸氏	無料	あればけん玉
43	もっと知りたい！イギリス文化	11月12日(日)	10:30~11:30	教養文化工作室	20	ワトソン環氏	無料	筆記用具
44	折り紙~もみじ~	11月14日(火)	10:30~11:30	機能訓練室	10	職員	無料	折り紙、ハサミ、 のりまたはボンド
45	大人の塗り絵	11月28日(火)	11:00~12:00	教養文化工作室	20	職員	無料	色鉛筆
46	映画鑑賞会~麦秋~	11月30日(木)	13:30~15:45	教養文化工作室	38	-	無料	なし
47	切手で分かる歴史のお話し	11月2日(木)	14:00~15:00	教養文化工作室	20	阿部邦康氏	無料	なし
48	秋冬ファッション講座 (個別アドバイスも若干名)	11月18日(土)	13:30~14:30	教養文化工作室	20	植村陽氏	無料	詳細は申込控えをご参照 下さい
49	弥生小学校あいキッズの子どもたちと 電子ボウリングゲームで遊ぼう	11月24日(金)	15:40~16:40	大広間	10	職員	無料	なし

申込不要の事業								
番号	事業名	日にち	時間	会場	定員(人)	講師名	参加費	持ち物
	介護予防体操①~⑤	毎週火・水・木・土・日曜日	午前 9:15~ 午後 13:15~	機能訓練室	-	職員	無料	なし ※動きやすい服装、運動 靴でご参加ください
	囲碁・将棋	毎日(休館日以外)	9:00~16:50頃	1F事務所前のスペース	-	-	無料	なし ※譲り合ってください
	電子ゲーム体験会	①11月4日(土)、②11日(土) ③18日(土)、④24日(金)	14:00~15:45 ※入退室自由	大広間	-	職員	無料	なし
	enjoy!卓球	11月5日(日)、25日(土)、29日(水)	13:00~16:30	教養文化工作室	-	-	無料	ラケット、室内履き 汗拭き用タオル
	ふれあい通信折込作業	11月14日(火)	14:00~	1Fロビー	-	-	-	なし
	わなげで遊ぼう!	11月16日(木)	14:00~15:00	教養文化工作室	-	ボランティア	無料	なし
	折り紙広場(自習)	11月18日(土)	14:00~15:00	機能訓練室	-	職員	無料	折り紙、ハサミ、 のりまたはボンド
	おしゃべりしながら手芸の広場	11月23日(木)	10:30~13:00 ※入退室自由	大広間	-	手芸好き有志	-	あればアクリル毛糸 カギ針など
	切手整理ボランティア	11月24日(金)	10:30~11:30	機能訓練室	-	協力 いたばし総合ボランティア センター	-	なし
	看護師健康講話 ~インフルエンザ対策~	11月26日(日)	13:30~ 介護予防体操④終了後	機能訓練室	-	看護師(職員)	無料	筆記用具
	ボランティア飾り付けサロン	11月30日(木)	10:00~11:00	教養文化工作室	-	-	-	なし

事業申し込み方法

11月事業申込日:10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

★申込日のため、介護予防体操・囲碁将棋開放は午前10時からとなります。

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。翌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。

※都合によりキャンセルされる場合は分かり次第速やかにご連絡ください。

※同日同時刻より、電話でも申込可能です。