

12月申込事業一覧【要申込】

【事業申込開始:11月21日(火) 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	12月13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	12月13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	12月27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	12月27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	12月7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	12月7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	12月7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	12月9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	12月5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	12月13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	12月14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	12月21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	12月1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	12月16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	12月3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 (1コース7回・2/11はミニステージ発表会 zoomの方もミニステージ参加が前提です)	①12月3日・②12月17日・③1月7日 ④1月21日・⑤1月28日・⑥2月4日 ⑦2月11日(全て日曜日)	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	12月23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	12月28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	12月28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	12月22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10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火曜日	大広間	12	篠達雄氏	毎回 ¥100	なし
22	ふれあいZUMBAズンバ	12月26日(火)	10:30~11:30	教養文化工作室	15	MIHO氏	¥100	室内履き
23	仲町! ゆるゆるダンス	12月27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
24	仲町! 卓球教室	12月19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 ラケット
25	フレイル予防体操 (1コース4回)	※①12月16日・②1月13日 ③2月3日・※④3月2日 (全て土曜日)	14:00~15:00 ※①と④は終了後 体力測定を行います。	機能訓練室	20	小野真吾氏	無料	なし
26	座敷deうんどう (1コース8回)	①12月13日・②12月27日 ③1月10日・④1月24日・⑤2月14日 ⑥2月28日・⑦3月13日・⑧3月27日	13:30~14:30 第2・4水曜日	大広間	10	職員	無料	5本指ソックス・スポーツ タオル

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	12月23日(土)	11:00~12:00	機能訓練室	12	大野千絵氏	¥600 (参加費)+ (材料費)	お持ち帰り用の袋
28	水引工芸 ~水引のお話とお正月の飾り作り~	12月12日(火)	10:00~12:00	教養文化工作室	20	玉乃井陽子氏	¥600 (参加費)+ (材料費)	ハサミ、ボン お持ち帰り用の袋
29	わくわく工房	12月16日(土)	11:00~12:30	機能訓練室	10	職員	¥300 (材料費)	ハサミ、あればピンセット、手拭 きタオル、お持ち帰りの袋
30	ようこそルーブルへふたたび	12月21日(木)	13:30~15:00	大広間	15	福島基之氏	¥100	筆記用具
31	歌おうよ! 声を合わせて一緒に♪	12月24日(日)	11:00~12:00	教養文化工作室	30	阿部未都氏	¥100	筆記用具
32	世界に一つ! オリジナルカレンダー作り	12月19日(火)	11:00~12:00	機能訓練室	10	職員	¥50 (材料費)	ハサミ、ボン お持ち帰り用の袋
33	パソコンはじめまして 廣田先生担当①② (1コース2回)	12月6日・13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
34	パソコンはじめまして 鋤持先生担当①② (1コース2回)	12月5日・12日(火)	14:00~15:30	パソコンコーナー	2	鋤持太郎氏	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
35	パソコンはじめまして 剣持先生担当③④ (1コース2回)	12月20日・27日(水)	14:00~15:30	パソコンコーナー	2	剣持太郎氏	無料	筆記用具
36	白石職員のスマホお悩み相談室①	12月1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②	12月1日(金)	14:30~15:00	パソコンコーナー	1	職員	無料	なし
38	白石職員のスマホお悩み相談室③	12月22日(金)	14:00~14:30	パソコンコーナー	1	職員	無料	なし
39	白石職員のスマホお悩み相談室④	12月22日(金)	14:30~15:00	パソコンコーナー	1	職員	無料	なし
40	IT何でも相談室(パソコン・スマホ等)	12月9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
41	IT何でも相談室(パソコン・スマホ等)	12月16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
42	スマサポいたばし(スマホお悩み相談)①	12月14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
43	スマサポいたばし(スマホお悩み相談)②	12月14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
44	けん玉教室	12月10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
45	もっと知りたい！イギリス文化	12月10日(日)	10:30~11:30	教養文化工作室	20	ワトソソ環氏	無料	筆記用具
46	折り紙～椿～	12月5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
47	大人の塗り絵	12月12日(火)	14:00~15:00	教養文化工作室	20	職員	無料	色鉛筆
48	映画鑑賞会～素晴らしき哉人生～	12月15日(金)	13:30~15:45	教養文化工作室	38	-	無料	なし
49	あらかくクラシコ ～電子ボウリングゲーム交流戦～	12月14日(木)	14:00~15:30	大広間	5	職員	無料	なし
50	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	12月27日(水)	14:00~15:00	機能訓練室	10	職員	無料	なし
51	ウクレレ&手話のミニクリコンサート	12月24日(日)	14:00~15:00	教養文化工作室	35	ウクレレクラブエーデルワイス 手話クラブひまわり	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	①12月2日(土)・②9日(土) ③19日(火)・※④23日(土)	14:00～15:45 ※入室自由	大広間 ※④機能訓練室	-	職員	無料	なし
	電子ボウリングゲームをプレイしよう	①12月6日(水) ②12日(火)・③26日(火)	14:00～15:45 ※入室自由	大広間	-	職員	無料	なし
	enjoy!卓球	12月8日(金)・23日(土)	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
	折り紙広場(自習)	12月9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
	ふれあい通信折込作業	12月14日(木)	14:00～	1Fロビー	-	-	-	なし
	看護師健康講話 ～良性発作性頭位めまい症～	12月19日(火)	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
	わなげで遊ぼう!	12月21日(木)	14:00～15:00	教養文化工作室	-	ボランティア	無料	室内履き
	切手整理ボランティア	12月22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
	ボランティア飾り付けサロン	12月26日(火)	14:00～15:00	教養文化工作室	-	-	-	なし
	おしゃべりしながら手芸の広場	詳細は後日HP・チラシでお知らせ	10:30～13:00 ※入室自由	大広間	-	手芸好き有志	-	各自材料・作品等

事業申し込み方法

12月事業申込日:11月21日(火)午前9時～

★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場合がございますので、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。

【申込初日のみ】

お一人5種まで申込可能