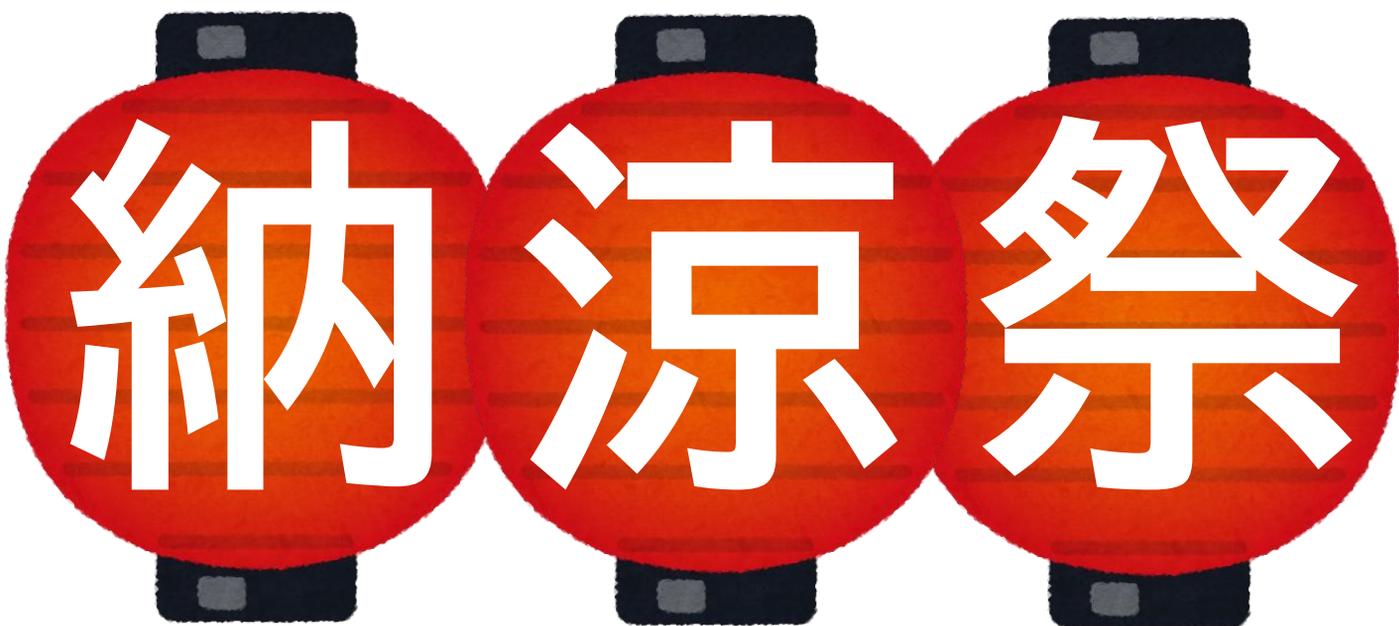


目黒区高齢者センター

令和7年度



8月23日(土)

10:00~16:00

会場: 高齢者センター2階・3階

どなたでもお越しください

目黒区高齢者センター 03-5721-2291



# サークル発表

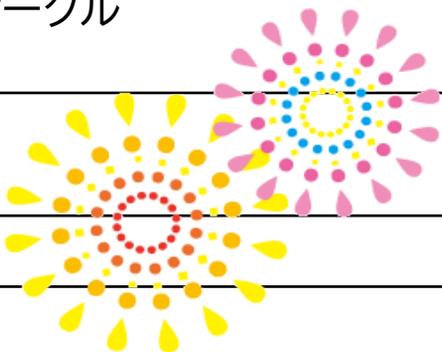


会場:3階

機能訓練室

(当日は観覧の方は土足のまま入室いただけます)

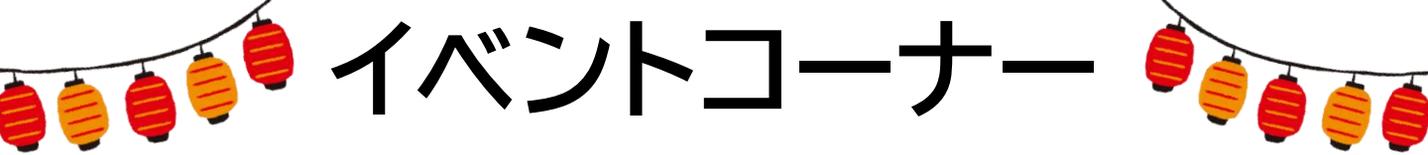
午前  
の部

9:30	開場	
10:00	開会の挨拶	
10:10 ~10:25	プラチナコーラス (唱歌等)	①有楽町で逢いましょう ②学生時代③この広い野原いっぱい ④いつでも夢を⑤椰子の実
10:30 ~10:45	ハーモニカ倶楽部フルムーン (ハーモニカ演奏)	
10:50 ~11:05	歌声藍 (合唱・コーラス)	①切手のないおくりもの②さんぽ ③秋桜④スイカの名産地 ⑤遠くへ行きたい
11:10 ~11:25	コーラス同好会 (コーラス)	①フィンランディア②望郷の歌 ③夜明けの歌④三都物語
11:30 ~11:45	めぐろスローエアロビックサークル (スローエアロビック)	
11:50 ~12:05	ふれあいマジック (手品)	

休憩

午後  
の部

13:30 ~13:45	アロハ・フラ (フラダンス)	
13:50 ~14:05	花かご (朗読「おぼえていろよおおきな木」)	
14:10 ~14:25	リズムミックダンシング (リズムダンス)	
14:30 ~14:45	一葉会 (朗読)	
14:50 ~15:05	りぷりんと目黒りあん (絵本読み聞かせ)	
15:10 ~15:40	【ゲスト】三味線藤本流「音芝会」(三味線演奏) 「民謡で日本一周」「炭坑節をおどりましょう」	
15:45	閉会の挨拶	



# イベントコーナー

10:00~15:30

会場:2階 第1・2集会室(ブースにより、お昼休憩をいただく場合がございます)

## 【測定コーナー】

自分の身体を知ろう！  
様々な測定器をご用意しています。

- ・血管年齢計
- ・体組成計
- ・ベジチェック

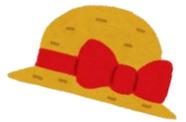


費用:無料

## 【体験コーナー】

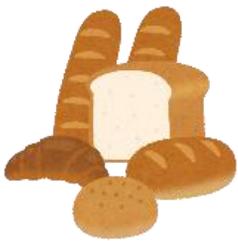
高齢者センター講座の体験ができます。  
お子様でも簡単に作れます！

- ・オリジナルうちわ作り  
(デコレーションします)
- ・小さな麦わら帽子
- ・おりがみいろいろ



費用:無料

## 【パン・お菓子販売】



かみよん工房と  
下目黒福祉工房の  
美味しいパンや  
シフォンケーキが  
購入できます！

10:00頃~ 売り切れ次第終了

2階大広間を飲食スペースとして開放  
いたします。ぜひご利用ください。



アンケートにお答えいただいた方に  
プレゼントをお渡しいたします  
※数に限りがございます。なくなり  
次第終了  
※おひとり様ひとつまで

プレゼント引き換え所:  
2階 受付窓口

# 打ち水大作戦！！

主催:エコライフめぐろ推進協会

令和7年8月23日(土)

参加賞あり

16:00 集合

集合場所:田道ふれあい館 1階ロビー

打ち水は、真夏の気温を下げ、誰でも簡単にできる「ヒートアイランド対策」のひとつです。

参加ご希望の方は、当日、集合場所へお越しください。

問合せ:目黒区エコプラザ(03-5721-2300)

## 高齢者センターとは？

目黒区内にお住まいの60歳以上のかたを対象に、健康増進、趣味・教養の向上を目指す事業や、遊びや学びを通じて世代間の交流を図るためのレクリエーションなどを、無料で行う施設です。

高齢者団体への活動の場の提供や、支援の役割も担っており、高齢者相互の交流から憩いの場所としてもご利用いただけます。

- \*ご利用出来る方 目黒区在住で60歳以上のかた
- \*開館日・開館時間 月曜日から土曜日  
9:00から17:00まで
- \*休館日 日曜日・祝日・年末年始
- \*利用方法 施設をご利用の際には、必ず利用証を  
受付窓口にご提示ください。

## 目黒区 高齢者センター

〒153-0063

目黒区目黒1-25-26

田道ふれあい館2階

電話:03-5721-2291

FAX:03-5721-2293

メールアドレス

[meguro-kouhuku@foryou.or.jp](mailto:meguro-kouhuku@foryou.or.jp)

ホームページ

<https://www.foryou.or.jp/corp2/megurokouhuku/>

(施設指定管理者 社会福祉法人 奉優会)



HOUYUKAI



ホームページ



友だち追加はこちらから

