

10月予定表

※は介護予防事業

令和8年9月25日発行

無料

無料

10月20日(火)以降、当選者のみお電話にてご連絡いたします

講座・イベント

無料

世代間交流 星空のはなし

日時:10月26日(月) 14:30~16:30
 場所:1階 敬老室
定員:15名(先着順)
 講師:入江 誠氏(元国立天文台研究員)
 対象:60歳以上の港区民
 持物:靴袋
 申込:9月25日(金)~定員に達するまで
 お電話または事務所受付まで



無料 映画『104才、哲代さんのひとり暮らし』上映会

～幸せに生きるヒントをくれるドキュメンタリーです～

日時:11月8日(日) ①12:30~14:10、②14:30~16:10
 場所:1階 敬老室 定員:各回28名(抽選)
 対象:港区民(小学5年生以上)
 申込:10月15日(木)~11月1日(日)までにお電話または事務所受付へ
※11月2日(月)以降、当選者のみお電話にてご連絡いたします

アロマとハーブで健康生活



日時:11月7日(土)~27年1月23(土) 10:30~11:30 (全6回)
 場所:1階 敬老室
定員:12名(抽選) 対象:60歳以上の港区民
材料費:初回のみ800円
 申込:9月25日(金)~10月23日(金)までにお電話または事務所受付まで
 10月24日(土)以降、当選者のみお電話にてご連絡いたします

無料

美姿勢フラダンス

～体幹強化と転倒予防に～

日時:第1~第4日曜日 10:00~11:30
 場所:1階敬老室
 定員:10名
 対象:60歳以上の港区民
 申込:随时お申込みいただけます
 お電話または事務所受付にお問い合わせください



無料

第2回 利用者懇談会

日時:10月9日(金)
 15:30~16:00
 場所:1階 敬老室
定員:18名(先着順)
 対象:60歳以上の港区民
 申込:不要
 当日当館までお越しください

無料

豊岡カーニバル

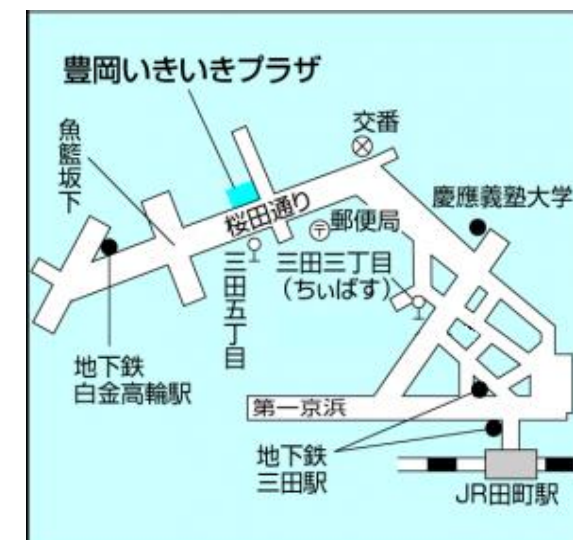
日時:11月7日(土) 15:00~16:00
 場所:1階 敬老室
定員:10名(先着順)
 対象:60歳以上の港区民
 申込:9/25(金)~定員に達するまで
 当日当館までお越しください
**※参加された方には
 プレゼントがございます**

港区立豊岡いきいきプラザ (指定管理者: 社会福祉法人 奉優会)

〒108-0073 東京都港区三田5-7-7
 電話: 03-3453-1591 FAX: 03-3453-3613
 【開館時間】月曜から土曜: 9:00~21:30
 日曜日: 9:00~17:00

- 電車
 地下鉄三田線・浅草線 三田駅 A3番出口 徒歩15分
 地下鉄南北線・三田線 白金高輪駅 2番出口 徒歩10分
 JR山手線・京浜東北線 田町駅 西口 徒歩15分
- 都営バス
 (田87) 田町駅から渋谷駅 三田五丁目バス停前
 (東98) 東京駅丸の内南口から等々力操車場 三田五丁目バス停前
- 港区コミュニティバスちいばす
 (高輪ルート) 品川駅港南口から浅草線三田駅前
 三田三丁目バス停 徒歩8分

メールアドレス ikiiki-toyooka@foryou.or.jp



★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。
 ★当プラザには駐車場がございません。公共機関のご利用をお願い致します。