

■ 麻雀入門教室

★はじめての方のための麻雀教室です!

- 麻雀のゲームは行いません
- 基礎と役を覚えるための、机上講座です

いきいき麻雀との同時申込不可

日程:令和8年10月2日~12月25日 (毎週金曜日)

時間: 9:30~11:30

場所:集会室B

定員:12名程度(抽選) ※初めての方優先

対象:60歳以上の港区民

申込期間:8月15日(土)~9月8日(火)

申込方法:ご本人が直接窓口またはお電話にて

当選連絡:9月10日(木)以降、当選者のみに

ご連絡いたします

※館内にも掲示いたします

■ 神応いきいき麻雀

★木曜:初心者コース

- ルールや役を理解済、ひとりで打てる方

日時:令和8年10月1日~12月24日 13:00~16:45

★金曜:上級者コース

- ルールや役を理解済、点数もおおよそ理解済の方

日時:令和8年10月2日~12月25日 13:00~16:45

場所:集会室B

定員:各コース27名程度(抽選)

対象:60歳以上の港区民

申込期間:8月27日(木)~9月11日(金)

申込方法:ご本人が直接窓口またはお電話にて

当選連絡:9月14日(月)以降神応いきいきプラザ

ホームページにて掲載いたします

どちらか片方のみ、お申込み可能

今月の1day YOGA

コアアップヨガ

日時:9月15日(火) 13:30~14:30 (体育館)

講師:あゆみ先生

定員:20名(抽選)

対象:60歳以上の港区民

持ち物:動きやすい服装・飲み物

申込期間:8月25日(火)~9月6日(日)

申込方法:ご本人が直接窓口またはお電話にてお申込ください

当選連絡:9月8日(火)以降、当選者のみにご連絡いたします

運動強度

★★★★

サンデーレッスン フィットネスフラ

ミニフラダンスショー

日時:9月27日(日) 14:45~15:30 (集会室C)

出演:那須 美智代 先生【JWI認定フィットネスフラ講師】

定員:10名(先着順)

対象:60歳以上の港区民

申込期間:9月2日(水)~9月10日(木)

申込方法:ご本人が直接窓口またはお電話にて
お申込ください

当日は13:00~14:00、定期のフィットネスフラ講座を
行っております。見学・体験が可能ですので、お問い合わせください

那須先生が魅せる
フラの世界
優しく華やぐ
ミニステージ



足の測定会と相談会

自分の足をよく知りましょう

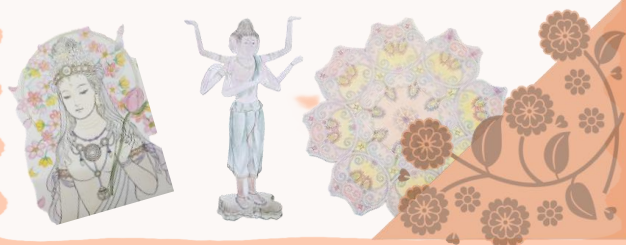
足圧測定器を使い、足にかかる左右圧力から
自分の姿勢バランスを知ることができます

日時：9月28日(月)・10月5日(月) ※どちらか1日、申込ください
時間：①13:00～14:00 ②14:00～15:00 ③15:00～16:00
場所：集会室A
講師：早川職員(豊岡いきいきプラザ)
定員：各回5名(抽選) 対象：60歳以上の港区民
申込期間：9月1日(火)～9月15日(火)
申込方法：ご本人が直接窓口またはお電話にてお申込ください
当選連絡：9月18日(金)以降、当選者のみにご連絡いたします

塗り絵 de 脳トレ

日程：令和8年9月15日(火)/9月22日(火・祝)
時間：10:20～11:20
場所：集会室C
定員：10名程度
費用：無料
対象：60歳以上の港区民
申込：不要(当日直接お越しください)

塗り絵の下絵、色鉛筆の
ご用意がございます



折紙 de 脳トレ

日時：令和8年9月16日(水)/9月23日(水・祝)
時間：10:20～11:20
場所：集会室C
定員：10名程度
費用：無料
対象：60歳以上の港区民
申込：不要(当日直接お越しください)

折紙のご用意がございます



2日間で
ひとつの作品を
作ります!

ツキイチ 神応シネマ上映会

9/21はシネマSP ♪ 9/30は通常シネマ
～芸術の秋、映画をめいっぱい楽しもう～

日程：令和8年9月30日(水)
時間場所：13:30～15:30(集会室C)
定員：24名 対象：60歳以上の港区民

当日は13:00～事務所窓口にて整理券を配布します。
定員に達し次第締切とさせていただきますのでご了承ください。
※開場後定員に達していない場合は、先着順にて残席にご案内いたします。

上映作品
「カサブランカ」



- 申込不要
- 自由席
- 整理券配布