

芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ(あいぷら) 2018年3月の高齢者プログラム

日	月	火	水	木	金	土
				□通常プログラム ■事前申込プログラム ☆特別プログラム		1 ■はじめてのパソコン □毎日コツコツ健康体操
4 ☆陶芸教室 (地域貢献入門講座)		5 ■健康トレーニング □毎日コツコツ健康体操 ■会食サービス ■健康マージャン □卓球の集い □アイ★プランティア		6 ☆アメイさんとお話ししよう □毎日コツコツ健康体操 □絵手紙の集い □スポーツ吹矢 □囲碁サークル		3
11 □カラオケの集い		12 ■健康トレーニング □毎日コツコツ健康体操 ■会食サービス ■健康マージャン □卓球の集い □ふれあいおりがみアート		7 ■健康マージャン □卓球の集い □毎日コツコツ健康体操 □カラオケの集い		8 □毎日コツコツ健康体操 □水墨画教室 □フラレッシン
18 □カラオケの集い ☆陶芸教室 (地域貢献入門講座)		19 ■健康トレーニング □お誕生会 □毎日コツコツ健康体操 ■会食サービス ■健康マージャン □卓球の集い		13 ■手芸の集い □毎日コツコツ健康体操 □絵手紙の集い □スポーツ吹矢 □囲碁サークル		9 ■もっと健康トレーニング ■健康トレーニング □毎日コツコツ健康体操 □書道教室 □卓球の集い □ボイストレーニング
25 □カラオケの集い		26 □毎日コツコツ健康体操 ■会食サービス ■健康マージャン □卓球の集い □ボイストレーニング		14 ■健康マージャン □市山流踊りの会 □卓球の集い □毎日コツコツ健康体操 □カラオケの集い		10
25 □カラオケの集い		27 □毎日コツコツ健康体操 □歌声ひろば □絵手紙の集い □スポーツ吹矢 □囲碁サークル		15 ■はじめてのパソコン □毎日コツコツ健康体操		16 ■もっと健康トレーニング □毎日コツコツ健康体操 ■健康トレーニング □卓球の集い
25 □カラオケの集い		28 ■健康マージャン □市山流踊りの会 □卓球の集い □毎日コツコツ健康体操 □カラオケの集い		20 □毎日コツコツ健康体操 □絵手紙の集い □スポーツ吹矢 □囲碁サークル		17 □こものづくり ボランティア
25 □カラオケの集い		29 □毎日コツコツ健康体操		21 ■健康マージャン □卓球の集い ※18:15までの開館		23 ☆手芸Cafe □毎日コツコツ健康体操 □書道教室 □卓球の集い
25 □カラオケの集い		30 ■健康ウォーキング □毎日コツコツ健康体操 □卓球の集い		22 □毎日コツコツ健康体操 □うたごえパーク □水墨画教室 □フラレッシン		24 ☆アメイさんとお話ししよう □ゲートボールの集い
25 □カラオケの集い		31 ☆ミニコンサート		28 ■健康マージャン □市山流踊りの会 □卓球の集い □毎日コツコツ健康体操 □カラオケの集い		31 ☆ミニコンサート

プログラム名	曜日	時間	回数	会場
アイ★プランティア	月	14:40-15:30	5日	ミニホール
囲碁サークル	火	15:15-17:15	6日・13日・20日・27日	集いの部屋
市山流踊りの会	水	9:45-10:45	14日・28日	ミニホール
うたごえパーク	木	13:00-14:15	22日	ミニホール
歌声ひろば	火	10:15-11:30	27日	ふれあいラウンジ
絵手紙の集い	火	13:00-15:00	6日・13日・20日・27日	集いの部屋
お誕生会	月	11:00-11:30	19日	ふれあいラウンジ
カラオケの集い	日	13:00-15:00	11日・18日・25日	ミニホール
ゲートボールの集い	水	13:30-15:30	7日・14日・28日	ミニホール
こものづくりボランティア	土	13:00-15:30	17日	体育室
書道教室	土	13:00-15:00	2日・9日・23日	ふれあいラウンジ
水墨画教室	木	13:30-15:30	8日・22日	集いの部屋
スポーツ吹矢	火	13:00-15:00	6日・13日・20日・27日	集いの部屋
卓球の集い	月(初心者)	13:00-15:00	5日・12日・19日・26日	体育室
	水(経験者)	10:00-12:00	7日・14日・21日・28日	体育室(※3/7はミニホール)
	金(自由参加)	15:00-17:00	2日・9日・16日・23日・30日	ミニホール
フラレッシン	木	14:45-15:45	8日・22日	ミニホール
ふれあいおりがみアート	月	16:00-17:00	12日	アートルーム
ボイストレーニング	月	18:40-19:30	26日	ミニホール
	金	17:20-18:10	9日	ミニホール
毎日コツコツ健康体操	月・火・木・金	11:30-11:45	毎日	体育室
	水	12:00-12:15	毎日(※3/21はお休み)	体育室

プログラム名	曜日	時間	回数	会場
健康ウォーキング	金	9:30集合(予定)	30日	
今回は隅田公園に行きます。 *詳細は別紙案内(後日発行)でご確認をお願い致します。				
健康マージャン	月	13:15-17:15	5日・12日・19日・26日	集いの部屋
	水	9:40-13:40	7日・14日・21日・28日	集いの部屋
	水	13:45-17:45	7日・14日・21日・28日	集いの部屋
手芸の集い	火	10:00-12:00	13日	集いの部屋
「アームカバー」を作ります。 *参加費 200円 *持ち物 裁縫道具 *フロン、またはお電話でお申し込みください。				
はじめてのパソコン	木	10:00-11:00	1日・15日	パソコンルーム
	木	11:00-12:00	1日・15日	パソコンルーム
会食サービス	月	11:45-12:30	5日・12日・19日・26日	集いの部屋
健康トレーニング	月	9:45-10:45	5日・12日・19日	ミニホール
	月	11:00-12:30	5日・12日・19日	ミニホール
	金	13:00-14:30	2日・9日・16日	ミニホール
もっと健康トレーニング	金	10:00-11:30	2日・9日・16日	ミニホール

特別プログラム

アメイさんとお話ししよう

3月6日(火) 10:30-11:30
 3月24日(土) 10:30-11:30

聴いの部屋

アメイさんと世界の国々や日本について
お話しする時間です。

地域貢献入門講座

陶芸教室

2月18日(日) 13:00-15:00/15:30-17:30
 3月4日(日) 13:00-15:00/15:30-17:30
 3月18日(日) 13:00-14:00/14:00-15:00

*全3回シリーズです。
 *今回の申込みは終了しています。

手芸Cafe

3月23日(金) 10:00-12:00

聴いの部屋

テーマは「クラフトテープでカゴ(ネコ)作り」です。キッズ親子・保護者・高齢者と一緒に作ります。

*定員 15組 *参加費 350円
 *保育(託児)あり
 *詳細は別紙案内(後日発行)でご確認をお願い致します。

ミニコンサート

3月31日(土) 13:30開場 14:00開演

タイトル「ピアノとサクスの楽しいコンサート」

*詳細は表紙、および別紙案内(後日発行)でご確認をお願い致します。

*3月の『みんなdeピンポン』はお休みです。

※港区事業(半年ごとに募集)
 ※港区事業(半年ごとに募集)
 ※港区事業(半年ごとに募集)
 ※港区事業(半年ごとに募集)
 ※港区事業(半年ごとに募集)