

2024

生きがい支援事業

10月予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1 絵 諸活動 ----- 手工芸 諸活動	2 習字 ----- 手工芸 諸活動	3 紙巻 諸活動 ----- カラオケ	4 げんき応援ツアー の為休館	5
6	7 習字 ----- 絵手紙 (ボランティア)	8 絵(ボランティア) 諸活動 ----- 手工芸 諸活動	9 習字 ----- 絵手紙 (ボランティア)	10 紙巻 諸活動 ----- カラオケ	11 紙巻 諸活動 ----- カラオケ	12
13	14 スポーツの日	15 絵 諸活動 ----- 手工芸 諸活動	16 習字 ----- 手工芸 諸活動	17 紙巻 諸活動 ----- カラオケ	18 紙巻 諸活動 ----- カラオケ	19
20	21 習字 ----- 手工芸 諸活動	22 絵(ボランティア) 諸活動 ----- カレンダー 諸活動	23 習字 ----- カレンダー 諸活動	24 カレンダー 諸活動 ----- カラオケ	25 カレンダー 諸活動 ----- カラオケ	26
27	28 習字 (ボランティア) ----- 手工芸 諸活動	29 絵 諸活動 ----- 手工芸 諸活動	30 習字 ----- 沖縄琉球舞踊 (五日市)	31 紙巻 諸活動 ----- カラオケ		

*あきる野市立増戸中学校1年生職場体験(10、11日)

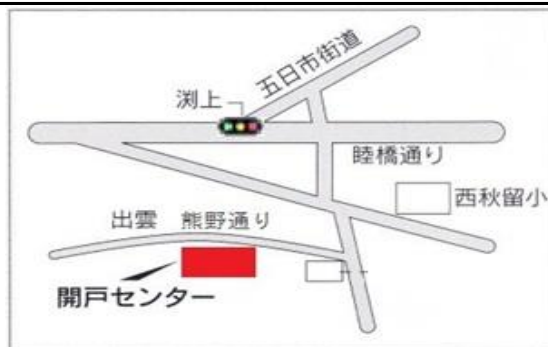
開戸センター

〒197-0833 あきる野市測上332-1

TEL:042-550-2755

E-mail:kaido@akirudai-hp.or.jp

指定管理者:医療法人財団 暁



開戸センター・イベント便り

2024年

10月

職場体験

❖ 増戸中学校1年生の生徒さんが
職場体験に来ます。

日時:10月10日(木)、11日(金)



沖縄琉球舞踊(五日市)

❖ 五日市センターにて
沖縄琉球舞踊の方々が来ま
す。
お楽しみに！

日時:10月30日(水)
午後1時30分～

カラオケ(木・金)

❖ 今月も楽しく歌いましょう！

日時:10月3、10、17、24、31日
(木)

10月11、18、25日(金)



お問い合わせ・ご見学
いつでもお気軽にどうぞ。
お待ちしております。

- * 毎週(月)(水)、第3(火)・・・習字
- * 毎週(火)・・・水彩画
- * 第1(月)第2(水)・・・絵手紙
- * 毎週(木)(金)・・・カラオケ

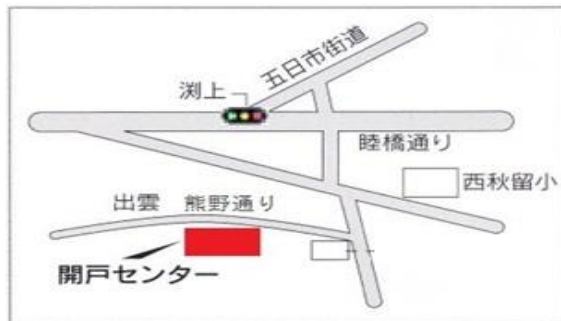
開戸センター

〒197-0833 あきる野市湊上332-1

TEL:042-550-2755

E-mail:kaido@akirudai-hp.or.jp

指定管理者:医療法人財団 暁



2024

げんき応援事業

10月予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1 初心者・役・点数計算 (健康麻雀) 10:00~12:00 役・点数計算 (健康麻雀) 13:00~15:00	2 楽しいヨガ 10:30~11:30 絵手紙教室 13:30~15:00	3 健康麻雀 10:00~12:00 13:00~15:00 はじめて麻雀 13:00~15:00	4 げんき応援ツアー 9:00~17:00	5
6	7 将棋教室 10:00~12:00 体幹トレーニング 13:20~14:30	8 初心者・役・点数計算 (健康麻雀) 10:00~12:00 役・点数計算 (健康麻雀) 13:00~15:00	9 脳トレ 10:30~11:30 きものリメイク 13:30~15:00	10 健康麻雀 10:00~12:00 13:00~15:00 はじめて麻雀 13:00~15:00	11 ギター教室(中級) 10:30~12:00 ギター(弾語り) 12:00~12:30 絵画教室 13:30~15:00	12 やさしい太極拳 13:30~14:30 フットケアマッサージ 13:30~16:00 かんたん英語教室 15:00~16:30
13	14 スポーツの日	15 初心者・役・点数計算 (健康麻雀) 10:00~12:00 役・点数計算 (健康麻雀) 13:00~15:00	16 楽しいヨガ 10:30~11:30 きものリメイク 13:30~15:00 オレンジカフェ 13:30~15:00	17 健康麻雀 10:00~12:00 13:00~15:00 はじめて麻雀 13:00~15:00	18 はじめてのギター 教室 10:30~12:00 きものリメイク 13:30~15:00	19
20	21 将棋教室 10:00~12:00 体幹トレーニング 13:20~14:30	22 初心者・役・点数計算 (健康麻雀) 10:00~12:00 役・点数計算 (健康麻雀) 13:00~15:00	23 脳トレ 10:30~11:30 尺八 13:30~15:00	24 健康麻雀 10:00~12:00 13:00~15:00 はじめて麻雀 13:00~15:00	25 ギター教室(中級) 10:30~12:00 ギター(弾語り) 12:00~12:30 絵画教室 13:30~15:00	26 やさしい太極拳 13:30~14:30 フットケアマッサージ 13:30~16:00 かんたん英語教室 15:00~16:30
27	28 詩吟教室 10:30~12:00 書道教室 13:30~15:00	29 初心者・役・点数計算 (健康麻雀) 10:00~12:00 役・点数計算 (健康麻雀) 13:00~15:00	30 きものリメイク 13:30~15:00	31 健康麻雀 10:00~12:00 13:00~15:00 はじめて麻雀 13:00~15:00		

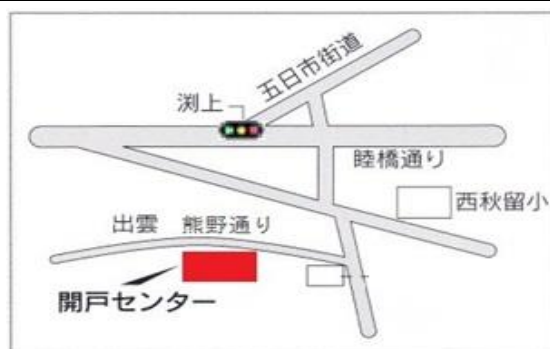
開戸センター

〒197-0833 あきる野市湧上332-1

TEL:042-550-2755

E-mail:kaido@akirudai-hp.or.jp

指定管理者:医療法人財団 暁



げんき応援便り・開戸

2024年

10月

げんき応援事業は、市内在住の概ね65歳以上の方を対象に、各種講座を開催しています。
地域のあらゆるボランティアの方や、一緒に楽しめるいろいろな方々をお待ちしています。

げんき応援ツアー

秋の日帰り旅行です。
静岡県富士宮方面、富士花鳥園へ行き
ます。

日時:10月4日(金)

午前9時～午後5時

講師:各センター職員、
(株)セイムコーポレーション

費用:12000円(税込)



ギター教室

ギターを始めたい方もやった事のある
方も一緒に楽しく弾きましょう。

日時:初級 10月18日(金)

中級 10月11日、25日(金)

午前10時30分～正午

講師:今西敏雄さん

費用:500円



詩吟教室

詩吟の発声法で、童謡や唱歌なども楽し
めます。
声を出して健康維持に努めましょう。

日時10月28日(月)

午前10時30分～正午

講師:山根嘉王さん

費用:500円

将棋教室

脳のトレーニングにピッタリな将棋をはじ
めませんか?
基礎から丁寧に指導します。

日時:10月7日、21日(月)

午前10時～正午

講師:高島晟さん

費用:500円

脳トレ教室

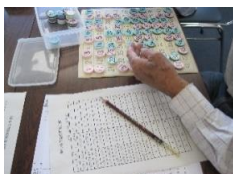
簡単な「読み・書き」、「計算」、「数字
盤」、「脳ドリル」を使って脳の健康を図
り元気になりましょう。

日時:10月9日、23日(水)

午前10時30分～11時30分

費用:月2000円

持ち物:筆記用具



初心者・点数計算(健康麻雀)

役や点数計算がわからない方向けの教
室です。
麻雀を楽しみながら覚えましょう。

日時:毎週(火)

午前10時～正午

費用:500円