

2024

生きがい支援事業

11月予定表

日	月	火	水	木	金	土
					1 紙巻 諸活動 ----- カラオケ	2 あきる野市 市民文化祭
3 文化の日 あきる野市 市民文化祭	4 振替休日	5 絵 諸活動 ----- 手工芸 諸活動	6 習字 手工芸 諸活動	7 紙巻 諸活動 ----- カラオケ	8 紙巻 諸活動 ----- カラオケ	9
10	11 習字 (ボランティア) ----- 絵手紙 (ボランティア)	12 絵(ボランティア) 諸活動 ----- 手工芸 諸活動	13 習字 絵手紙 (ボランティア)	14 紙巻 諸活動 ----- カラオケ	15 紙巻 諸活動 ----- カラオケ	16
17	18 習字 ----- カレンダー 体力測定	19 絵 諸活動 ----- カレンダー 体力測定	20 習字 (ボランティア) ----- カレンダー 体力測定	21 カレンダー 体力測定 ----- カラオケ	22 カレンダー 体力測定 ----- カラオケ	23 勤労感謝の日
24	25 習字 (ボランティア) ----- 文化等 (すずらの会)	29 絵(ボランティア) 諸活動 ----- 体力測定 諸活動	27 習字 (ボランティア) ----- 体力測定 諸活動	28 体力測定 諸活動 ----- カラオケ	29 体力測定 諸活動 ----- カラオケ	30

今月は、体力測定があります！

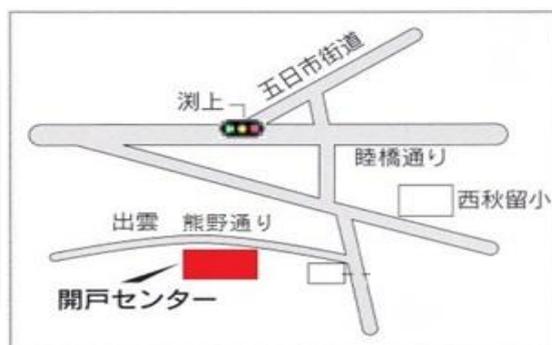
開戸センター

〒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

11月

市民文化祭

❖11月2日(土)、3日(日)
あきる野市民体育館にて
市民文化祭が行われます。

文化箏 (すずらんの会)

❖文化箏の演奏会です。
お琴の音色をお楽しみください。

日時:11月25日(月)
午後1時30分～

体力測定

❖今月は、
体力測定があります。



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

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

11月予定表

日	月	火	水	木	金	土
					1 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	2 あきる野市 市民文化祭
3 文化の日 あきる野市 市民文化祭	4 振替休日	5 初心者・役・点数計算 (健康麻雀) 10:00~12:00 健康麻雀 (役・点数計算) 13:00~15:00	6 楽しいヨガ 10:30~11:30 絵手紙教室 13:30~15:00	7 健康麻雀 10:00~12:00 13:00~15:00 はじめて麻雀 13:00~15:00	8 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	9 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
10	11 詩吟教室 10:30~12:00 書道教室 13:30~15:00	12 初心者・役・点数計算 (健康麻雀) 10:00~12:00 健康麻雀 (役・点数計算) 13:00~15:00	13 脳トレ 10:30~11:30 きものリメイク 13:30~15:00	14 健康麻雀 10:00~12:00 13:00~15:00 はじめて麻雀 13:00~15:00	15 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	16
17	18 将棋教室 10:00~12:00 体幹トレーニング 13:20~14:30	19 初心者・役・点数計算 (健康麻雀) 10:00~12:00 健康麻雀 (役・点数計算) 13:00~15:00	20 楽しいヨガ 10:30~11:30 スマホ教室 13:30~15:30 オレンジカフェ 13:30~15:00	21 健康麻雀 10:00~12:00 13:00~15:00 はじめて麻雀 13:00~15:00	22 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	23 勤労感謝の日 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
24	25 詩吟教室 10:30~12:00 書道教室 13:30~15:00	26 初心者・役・点数計算 (健康麻雀) 10:00~12:00 健康麻雀 (役・点数計算) 13:00~15:00	27 脳トレ 10:30~11:30 尺八 13:30~15:00	28 健康麻雀 10:00~12:00 13:00~15:00 はじめて麻雀 13:00~15:00	29 きものリメイク 13:30~15:00	30 麻雀大会 12:00~16:00

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

11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。

絵手紙教室

基礎から丁寧に指導します。
楽しく絵手紙を書きましょう。

日時11月6日(水)
午後1時30分～午後3時

講師:秋葉基子さん
費用:1000円

*道具の貸し出しあり



やさしい太極拳

太極拳で体力アップ!!
初心者向けの教室です。

日時:11月9日、23日(土)
午後1時30分～2時30分

講師:平沼真由美さん
費用:500円

*運動できる服装でお越しください。

麻雀大会

楽しく麻雀をしましょう!

日時:11月30日(土)
正午～午後4時
費用:千円



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:11月18日(月)
午前10時～正午
講師:高島晟さん
費用:500円

尺八教室

日本の伝統楽器尺八を始めましょう。
親切丁寧に指導します。

日時:11月27日(水)
午後1時30分～午後3時
講師:尺八愛好会「竹秋舎」
費用:500円
持ち物:尺八(お持ちの方)
手ふきタオル

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 11月1日、15日(金)
中級 11月8日、22日(金)
午前10時30分～正午
講師:今西敏雄さん
費用:500円

