

2025

生きがい支援事業

5月予定表

日	月	火	水	木	金	土
				1 習字 (ボランティア) ----- 手工芸 (バック作り)	2 手工芸 (バック作り) ----- 絵手紙 (ボランティア)	3 憲法記念日
4 みどりの日	5 子供の日	6 振替休日	7 絵手紙 (ボランティア) ----- 手工芸 (バック作り)	8 手工芸 (バック作り) ----- 課外活動 (写真展)	9 手工芸 (バック作り) ----- 課外活動 (写真展)	10
11	12 習字 (ボランティア) ----- レクリエーション	13 手工芸 (バック作り) ----- 脳トレ	14 手工芸 (バック作り) ----- カラオケ	15 手工芸 (バック作り) ----- 絵手紙 (ボランティア)	16 手工芸 (バック作り) ----- 習字 (ボランティア)	17
18	19 カレンダー 体力測定 ----- 手工芸 (バック作り)	20 絵手紙 (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 ----- 手工芸 (バック作り)	22 カレンダー 体力測定 ----- カラオケ	23 カレンダー 体力測定 ----- 手工芸 (バック作り)	24 げんき応援祭
25	26 手工芸 (バック作り) ----- カラオケ	27 手工芸 (バック作り) ----- 課外活動 (秋川)	28 手工芸 (バック作り) ----- レクリエーション	29 手工芸 (バック作り) ----- レクリエーション	30 手工芸 (バック作り) ----- レクリエーション	31

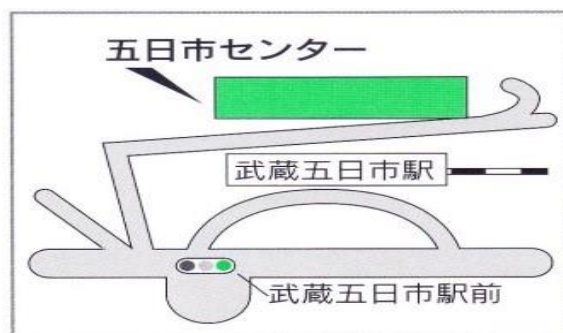
五日市センター

〒190-0166 あきる野市館谷台17

TEL:042-533-0330

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

指定管理者:医療法人財団 暁



五日市センター・イベント便り

2025年
5月

今月の活動 「手工芸(しじみバック)と協同制作

- ❖ 手工芸は、しじみバック。
協同制作品は、ゲームで使用する
ハナミズキの木や花の作製をします。

課外活動

- ❖ あきる野市中央公民館市民ギャラリー
五日市フォトクラブの写真展を
見学に行きます。

レクリエーション

- ❖ 全身を動かしながら、利用者様と
ボーリングや的あてゲームをします♪

体力測定

- ❖ 5月は、体力測定日です



五日市センターは自立
している元気な方が集う
「自立デイサービス」です
問い合わせ・ご見学はお気軽に
どうぞ。
お待ちしております。

*第1(月)午前
第1(木)午前
第3(金)午後



(習字)

*第1(水)午前
第1(金)午後
第3(火)午前
第3(木)午後



(絵手紙)

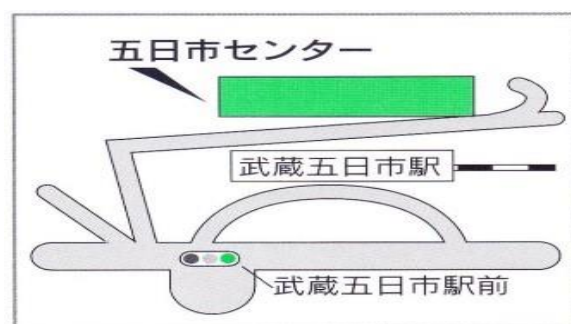
五日市センター

〒190-0166 あきる野市館谷台17

TEL:042-533-0330

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

指定管理者:医療法人財団 暁



2025

げんき応援事業 5月予定表

日	月	火	水	木	金	土
				1 歌声コーラス ノラボーナ 11:00～12:00 やさしいピアノ (30分個人レッスン) 12:00～16:00 四季折々の折り紙 13:00～15:00	2 ノルディックウォーキング 10:00～12:00 リズムエクササイズ 10:00～11:00 みんなのギター・ウクレ教室 (30分個人レッスン) 10:00～13:00 13:30～15:30 やさしいピアノ教室 (30分個人レッスン) 12:00～16:00	3
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7 脳トレ 10:00～11:30 歌声広場 ピアノ演奏 13:30～14:30	8 朗読劇・フランボワーズ 11:00～12:00 やさしいピアノ (30分個人レッスン) 12:00～16:00 紙バンド かご・バック作り 13:30～15:00	9 ノルディックウォーキング 10:00～12:00 リズムエクササイズ 10:00～11:00 健康カラオケ 10:30～12:00 体幹トレーニング 13:20～14:30	10
11	12 はじめて麻雀 10:00～12:00 書道教室 10:30～12:00 オレンジカフェ 13:30～15:00 やさしいピアノ (30分個人レッスン) 12:30～16:00	13 健康麻雀 10:00～12:00 13:00～15:00 いきいき フェイシャル マッサージ 10:00～16:30 スマホ教室 14:00～15:30	14 ペン習字教室 10:30～11:30 詩吟とゆかいな ボイストレーニング 13:30～15:00	15 歌声コーラス ノラボーナ 11:00～12:00 やさしいピアノ (30分個人レッスン) 12:00～16:00 四季折々の折り紙 13:00～15:00	16 ノルディックウォーキング 10:00～12:00 リズムエクササイズ 10:00～11:00 みんなのギター・ウクレ教室 (30分個人レッスン) 10:00～13:00 13:30～15:30 やさしいピアノ教室 (30分個人レッスン) 12:00～16:00	17
18	19 はじめて麻雀 10:00～12:00 カラオケ倶楽部 午前の部 午後の部 折り紙 13:00～15:00 ピアノで脳トレ 13:30～15:30	20 健康麻雀 10:00～12:00 13:00～15:00 いきいき フェイシャル マッサージ 10:00～16:30	21 脳トレ 10:00～11:30 足つぼマッサージ 10:00～16:00	22 朗読劇・フランボワーズ 11:00～12:00 やさしいピアノ (30分個人レッスン) 12:00～16:00 紙バンド かご・バック作り 13:30～15:00	23 ノルディックウォーキング 10:00～12:00 リズムエクササイズ 10:00～11:00 体幹トレーニング 13:20～14:30	24 げんき応援祭
25	26 はじめて麻雀 10:00～12:00 書道教室 10:30～12:00 折り紙 13:00～15:00 やさしいピアノ (30分個人レッスン) 12:30～16:00	27 健康麻雀 10:00～12:00 13:00～15:00 つまみ細工教室 13:00～15:00	28 ペン習字教室 10:30～11:30 詩吟とゆかいな ボイストレーニング 13:30～15:00	29	30 ノルディックウォーキング 10:00～12:00	31

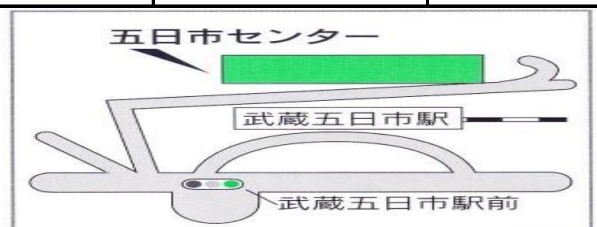
五日市センター

〒190-0166 あきる野市館谷台17

TEL:042-533-0330

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

指定管理者:医療法人財団 暁



五日市センター・げんき便り

2025年

5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。

ギター・ウクレレ教室

❖ 初心者大歓迎！

日時：毎月第1・3金曜日

午前10時～午後1時

午後1時30分～午後3時30分

講師：河口哲哉さん

参加費：1回1500円

持ち物：ギター・ウクレレ、筆記用具

定員：5名



歌声広場ピアノ演奏

❖ 歌謡曲、唱歌、童謡を

みなさんで一緒に歌いましょう！

日時：第1水曜日

午後1時30分～午後2時30分

講師：五日市センター職員

定員：10人

費用：1回500円



健康麻雀

❖ 脳の活性化にも良い麻雀。

日時：毎週火曜日

時間：午前10時～正午

午後1時～午後3時

参加費：1回500円

* 昼食持参で午前・午後麻雀できます
(1000円)

げんき応援祭

❖ 第3回げんき応援祭

日時：5月24日(土)

時間：午前10時～午後3時(雨天決行)

各講座発表会があります。

(ピアノ・コーラス・リズム・ギター・尺八)

演芸・・・アラジンマジック・バンド演奏

ワークショップ・・・立体切り絵・着物布小物

キッチンカー・・・クレープ・やきとり・

お好み焼き・だんご

他にも運動系、趣味・教養系など色々な教室を開催しています。
お問い合わせは五日市センターまで。お気軽にどうぞ！

五日市センター

〒190-0166 あきる野市館谷台17

TEL:042-533-0330

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

指定管理者：医療法人財団 暁

