

2025

生きがい支援事業

7月予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1 手工芸 (ネクタイボーチ) ----- レクリエーション (ハナミズキ)	2 絵手紙 (ボランティア) ----- 手工芸 (ネクタイボーチ)	3 習字 (ボランティア) ----- 演芸会 (アコーデオン演奏)	4 手工芸 (ネクタイボーチ) ----- 絵手紙 (ボランティア)	5
6	7 習字 (ボランティア) ----- 手工芸 (ネクタイボーチ)	8 手工芸 (ネクタイボーチ) ----- 脳トレ	9 手工芸 (ネクタイボーチ) ----- カラオケ	10 手工芸 (ネクタイボーチ) ----- レクリエーション (ボーリング)	11 手工芸 (ネクタイボーチ) ----- レクリエーション	12
13	14 手工芸 (ネクタイボーチ) ----- カラオケ	15 絵手紙 (ボランティア) ----- 手工芸 (ネクタイボーチ)	16 昼食作り ----- 手工芸 (ネクタイボーチ)	17 手工芸 (ネクタイボーチ) ----- 絵手紙 (ボランティア)	18 手工芸 (ネクタイボーチ) ----- 習字 (ボランティア)	19
20	21 海の日	22 カレンダー ----- 手工芸 (ネクタイボーチ)	23 カレンダー ----- 手工芸 (ネクタイボーチ)	24 カレンダー ----- 演芸会 (よっこらしよい)	25 カレンダー ----- レクリエーション (的あてゲーム)	26
27	28 カレンダー ----- レクリエーション (ハナミズキ)	29 手工芸 (ネクタイボーチ) ----- レクリエーション (テーブルコロコロ)	30 手工芸 (ネクタイボーチ) ----- 琉球舞踊 (ゆうなの会)	31 手工芸 (ネクタイボーチ) ----- アコーデオンの会 (萩野センター)		

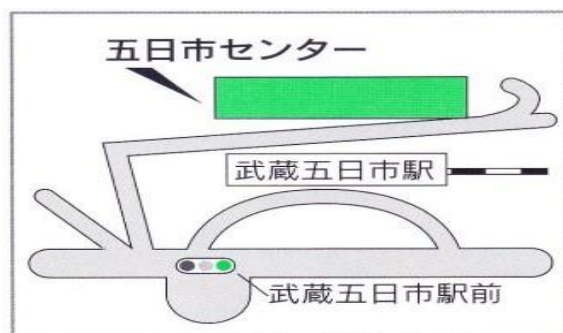
五日市センター

〒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
7月

演芸会 「琉球舞踊(ゆうなの会)」

- ❖ 7月30日(水)利用者様と一緒に琉球舞踊を鑑賞します。



昼食作り

- ❖ ホットプレートで、焼きそばを作ります。ヨーグルトデザートも利用者様と一緒に作ります。



レクリエーション

- ❖ 的あてゲーム、テーブルコロコロ、ハナミズキ、絵合わせゲームを各曜日でゲームを楽しみます♪

カラオケ

- ❖ 声を出す事で誤嚥予防にもなり、口腔体操にもなります。利用者様とカラオケを楽しみます。

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)

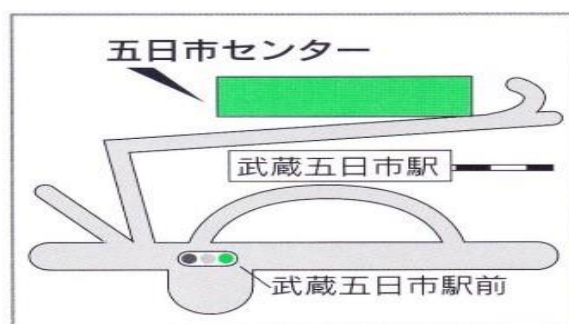
五日市センター

〒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 7月予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1 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	2 脳トレ 10:00～11:30 歌声広場 ピアノ演奏 13:30～14:30	3 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	4 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	5
6	7 はじめて麻雀 10:00～12:00 ピアノで脳トレ 13:30～15:30	8 健康麻雀 10:00～12:00 13:00～15:00 スマホ教室 14:00～15:30	9 ペン習字教室 10:30～11:30 着物手芸教室 13:00～15:00 詩吟とゆかいな ボイストレーニング 13:30～15:00	10 朗読劇 11:00～12:00 やさしいピアノ (30分個人レッスン) 12:00～16:00	11 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	12
13	14 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	15 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	16 脳トレ 10:00～11:30 足つぼマッサージ 10:00～16:00	17 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	18 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	19
20	21 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	22 健康麻雀 10:00～12:00 13:00～15:00 つまみ細工教室 13:00～15:00	23 ペン習字教室 10:30～11:30 着物手芸教室 13:00～15:00 詩吟とゆかいな ボイストレーニング 13:30～15:00	24 朗読劇 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	25 ノルディックウォーキング 10:00～12:00 体幹トレーニング 13:20～14:30	26
27	28 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	29 健康麻雀 10:00～12:00 13:00～15:00 異世代交流 レジン教室 13:00～15:00	30	31 しじみバック教室 13:00～15:00		

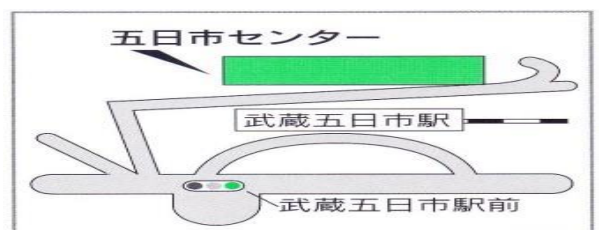
五日市センター

〒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・げんき便り

2025年

7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。

スマホ教室

- ❖ 基本的なスマホの使い方、
注意事項などを教えます。
秋留台高校の生徒会の皆様が
お手伝いにきてくれます。

日時:7月8日(火)
午後2時～3時30分
講師:あきる台病院SE
宮崎さん
参加費:無料



ギター・ウクレレ教室

- ❖ 新規募集、幅広いジャンルに対応します。

日時:第1・3金曜日(祝日を除く)
午前10時～午後1時
午後1時30分～3時30分
講師:河口哲哉先生
参加費:1回30分1500円
定員:5名



レジン教室

- ❖ お子様から高齢者まで
ご参加できます。

日時:7月29日(火)
午後1時～3時
講師:上原朝子先生
定員:10名
参加費:1回千円(材料費別)



手芸しじみバック

- ❖ 着物地や布地でしじみ形になる
バックを作ります。♪

日時:7月31日(木)
時間:午後1～3時
講師:五日市センター職員
参加費:1200円
定員:5人



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

