

2026

生きがい支援事業

7月予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1 絵手紙 (ボランティア) ----- 手工芸 (小花ブローチ)	2 習字 (ボランティア) ----- 手工芸 (小花ブローチ)	3 手工芸 (小花ブローチ) ----- 絵手紙 (ボランティア)	4
5	6 習字 (ボランティア) ----- 課外活動 (パン屋さん)	7 手工芸 (小花ブローチ) ----- レクリエーション (神経衰弱)	8 手工芸 (小花ブローチ) ----- カラオケ	9 手工芸 (小花ブローチ) ----- レクリエーション (棒倒し)	10 手工芸 (小花ブローチ) ----- レクリエーション (棒倒し)	11
12	13 手工芸 (小花ブローチ) ----- カラオケ	14 手工芸 (小花ブローチ) ----- 脳トレ	15 手工芸 (小花ブローチ) ----- レクリエーション (輪投げ)	16 手工芸 (小花ブローチ) ----- 絵手紙 (ボランティア)	17 手工芸 (小花ブローチ) ----- 課外活動 (ドライブ)	18
19	20 海の日	21 絵手紙 (ボランティア) ----- 手工芸 (小花ブローチ)	22 カレンダー ----- 演芸会 (よっこらしょい)	23 カレンダー ----- 手工芸 (小花ブローチ)	24 習字 (ボランティア) ----- カレンダー	25
26	27 カレンダー ----- 演芸会 (森田マジック)	28 カレンダー ----- レクリエーション (テーブルコロコロ)	29 手工芸 (小花ブローチ) ----- 課外活動 (ドライブ)	30 手工芸 (小花ブローチ) ----- 演芸会 (ハッピー三線)	31 手工芸 (小花ブローチ) ----- カラオケ	

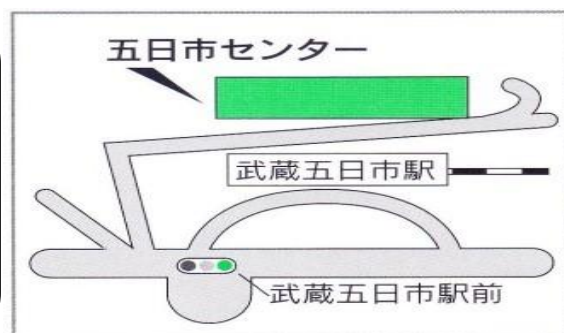
五日市センター

〒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

2026年
7月

演芸会 「ハッピー三線」

- ❖7月30日(木)利用者様と一緒に三線を鑑賞します。メロディに癒されます観覧自由です。



小花のブローチ

- ❖布で小花のブローチやストラップを作ります。



レクリエーション

- ❖絵合わせ神経衰弱ゲームを楽しみます。

演芸会

- ❖さまざまな、マジックでビックリ驚きの1時間です。観覧自由です。お待ちしております。

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4(金)午前



(習字)

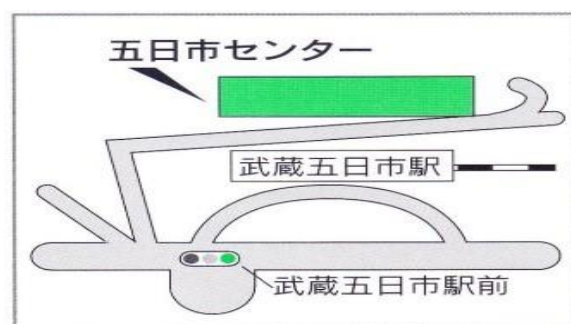
*第1(水)午前
第1(金)午後
第3(火)午前
第3(木)午後



(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



2026

げんき応援事業 7月予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1 脳トレ 10:00～11:30 歌声広場 ピアノ演奏 13:30～14:30 着物手芸教室 13:30～15:30	2 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	3 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	4
5	6 はじめて麻雀 10:00～12:00	7 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 かご・バック作り 13:30～15:00	8 ペン習字教室 10:30～11:30 詩吟とゆかいな ボイトレニング 13:30～15:00	9 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	10 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	11
12	13 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	14 健康麻雀 10:00～12:00 13:00～15:00 スマホ教室 14:00～15:30	15 脳トレ 10:00～11:30 足つぼマッサージ 10:00～16:00 着物手芸教室 13:30～15:30 フットケアマッサージ 13:30～16:00	16 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	17 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	18
19	20	21 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	22 ペン習字教室 10:30～11:30 詩吟とゆかいな ボイトレニング 13:30～15:00	23 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	24 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	25
26	27 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	28 健康麻雀 10:00～12:00 13:00～15:00 つまみ細工教室 13:00～15:00	29	30	31 ノルディックウォーキング 10:00～12:00	

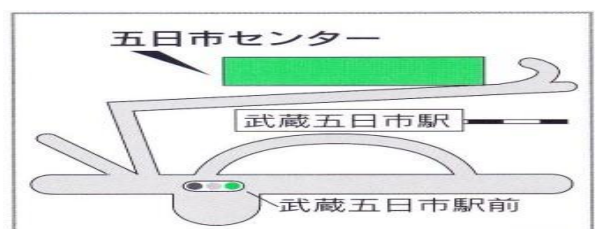
五日市センター

〒190-0166 あきる野市舘谷台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

2026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。

日時:7月14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
定員:5名



つまみ細工教室

- ❖ 新規募集、季節のお花をつまみ細工で作ります。

日時:毎月第4火曜日(祝日を除く)
午後1時～3時
講師:上原 朝子先生
参加費:1000円(材料費別)
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:毎月第3・4月曜日
午後1時～3時
講師:北島 初音先生
定員:5名
参加費:1回500円(材料費別)



紙バンド・かご教室

- ❖ 紙バンドでバックや小物入れを作ります。

脳活にいいですよ。
日時:毎月第2・4木曜日
時間:午後1時30分～3時
講師:上原 朝子先生
参加費:1000円(材料費別)



ピアノ練習講座を開講しました。センターに来て練習しませんか。
参加費:1回30分 500円、職員にお声がけくださいませ。

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

