2026　　生きがい支援事業

11月予定表

日	月	火	水	木	金	土
1 あきる野市 文化祭	2 習字 絵手紙 （ボランティア）	3 文化の日	4 習字 諸活動	5 紙巻 諸活動 カラオケ	6 紙巻 諸活動 カラオケ	7
8	9 習字 諸活動 カレンダー	10 絵（ボランティア） 諸活動 諸活動 カレンダー	11 習字 （ボランティア） 絵手紙 （ボランティア）	12 諸活動 カレンダー カラオケ	13 諸活動 カレンダー カラオケ	14
15	16 習字 諸活動 体力測定	17 絵 諸活動 諸活動 体力測定	18 習字 カレンダー 体力測定	19 体力測定 諸活動 カラオケ	20 体力測定 諸活動 カラオケ	21
22	23 勤労感謝の日	24 絵（ボランティア） 諸活動 諸活動 体力測定	25 習字 諸活動 体力測定	26 体力測定 諸活動 カラオケ	27 体力測定 諸活動 カラオケ	28
29	30 習字 諸活動 体力測定					

今月は、体力測定があります！

開戸センター

〒197-0833　あきる野市渕上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

2026年
11月

市民文化祭

✿10月31日（土）、11月1日（日）
あきる野市民体育館にて
市民文化祭が行われます。



絵手紙

✿11月の題材は…
「年賀状」です。
日時：11月2日（月）、11日（水）
午後1時30分～
＊ボランティアの方が指導されます。

体力測定

✿今月は、
体力測定があります。



お問い合わせ、ご見学
いつでもお気軽にどうぞ。

＊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　あきる野市渕上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



2026　　げんき応援事業

11月予定表

日	月	火	水	木	金	土
1 あきる野市 文化祭	2 お抹茶サロン 10:30～12:00 体幹ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ 13:20～14:30	3 文化の日	4 絵手紙教室 10:30～12:00 きものリメイク 13:30～15:00	5 健康麻雀 10:00～12:00 13:00～15:00 はじめて麻雀 13:00～15:00	6 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	7
8	9 詩吟教室 10:30～12:00 書写教室 13:30～15:00	10 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	11 脳トレ 10:30～11:30 リズム体操 13:30～14:30	12 健康麻雀 10:00～12:00 13:00～15:00 はじめて麻雀 13:00～15:00	13 ギター教室（中級） 10:30～12:00 ギター（弾語り） 12:00～12:30 トリム体操 13:30～14:30	14 フットケアマッサージ 13:30～16:00
15	16 囲碁同好会 10:00～12:00 体幹ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ 13:20～14:30	17 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	18 きものリメイク 10:30～12:00 尺八 13:30～15:00 オレンジカフェ 13:30～15:00	19 健康麻雀 10:00～12:00 13:00～15:00 はじめて麻雀 13:00～15:00	20 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	21
22	23 振替休日	24 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	25 脳トレ 10:30～11:30 リズム体操 13:30～14:30	26 健康麻雀 10:00～12:00 13:00～15:00 はじめて麻雀 13:00～15:00	27 ギター教室（中級） 10:30～12:00 ギター（弾語り） 12:00～12:30	28 フットケアマッサージ 13:30～16:00 麻雀大会 12:00～16:00
29	30					

開戸センター

〒197-0833　あきる野市渕上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

2026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。

麻雀大会

✿1日楽しく麻雀をしましょう。

日時：11月28日（土）
正午～4時
費用：1000円



きものリメイク

✿今月はクリスマスツリーです。
日時：11月4日（水）、6日（金）、
18日（水）、20日（金）
午後1時30分～3時
（18日のみ10：30～正午）
講師：松本直美さん
費用：初回一括2000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18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6日、20日（金）
中級　11月13日、27日（金）
午前10時30分～正午
講師：今西敏雄さん
費用：800円
持ち物：ギター、譜面台



開戸センター

〒197-0833　あきる野市渕上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

