

2026

生きがい支援事業

10月予定表

日	月	火	水	木	金	土
				1 習字 (ボランティア) ----- 共同制作 (薔薇の折り紙)	2 共同制作 (薔薇の折り紙) ----- 絵手紙 (ボランティア)	3
4	5 習字 (ボランティア) ----- 手工芸 (お花のマグネット)	6 手工芸 (お花のマグネット) ----- 共同制作 (薔薇の折り紙)	7 絵手紙 (ボランティア) ----- 手工芸 (お花のマグネット)	8 手工芸 (お花のマグネット) ----- 共同制作 (薔薇の折り紙)	9 手工芸 (お花のマグネット) ----- 課外活動 (お買い物)	10
11	12 スポーツの日	13 手工芸 (お花のマグネット) ----- 脳トレ	14 手工芸 (お花のマグネット) ----- 演芸会 (琴の会)	15 絵手紙 (ボランティア) ----- 演芸会 (むらさき舞踊)	16 手工芸 (お花のマグネット) ----- カラオケ	17
18	19 カレンダー ----- レクリエーション (輪投げ)	20 絵手紙 (ボランティア) ----- カレンダー	21 カレンダー ----- 手工芸 (お花のマグネット)	22 カレンダー ----- 折り紙の部屋	23 習字 (ボランティア) ----- レクリエーション (テーブルゲーム)	24 五日市市民文化祭
25 五日市市民文化祭	26 手工芸 (お花のマグネット) ----- カラオケ	27 手工芸 (お花のマグネット) ----- 脳トレ	28 手工芸 (お花のマグネット) ----- レクリエーション (テーブルゲーム)	29 手工芸 (お花のマグネット) ----- 健康講座	30 手工芸 (お花のマグネット) ----- カラオケ	31 秋川市民文化祭

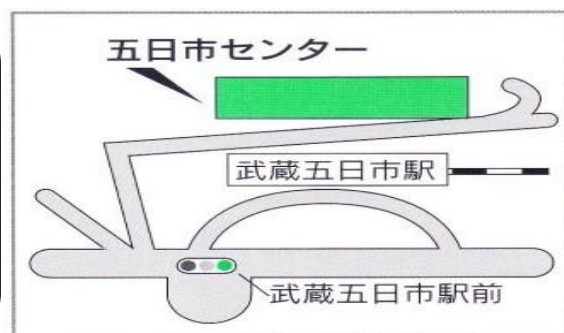
五日市センター

〒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年

10月

五日市センター・イベント便り

お花のマグネット

❖フェルトでお花を作り
マグネットにします。



むらさき舞踊

素敵なお踊り、艶やかなひとときを
お楽しみください。

観覧自由ですので、ご来場
お待ちしております。



五日市市民文化祭

❖10月25日(土)・10月26日(日)

今回から利用者様の作品も
展示します。
ぜひご来場くださいませ。

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)

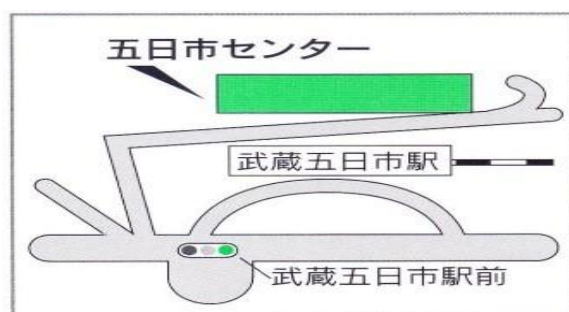
*第1(水)午前
第1(金)午後
第3(火)午前
第3(木)午前



(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



2026

げんき応援事業 10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 介護学院
4	5 はじめて麻雀 10:00～12:00	6 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 初めて紙バンド 13:30～15:00	7 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	8 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 感動する レーザークラフト教室 13:30～15:30	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 介護学院
11	12 スポーツの日 ほっと笑み コラボ企画 映画上映会 10:00～13:00	13 健康麻雀 10:00～12:00 13:00～15:00 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 介護学院
18	19 はじめて麻雀 10:00～12:00 カラオケ倶楽部 10:00～12:00 13:00～15:00 折り紙 13:00～15:00	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 着物手芸教室 13:30～15:30	22 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	23 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	24 介護学院 五日市市民文化祭
25 五日市市民文化祭	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 ノルディックウォーキング バスハイク	29 健康講座 13:30～14:30	30 ノルディックウォーキング 10:00～12:00	31 介護学院 秋川市民文化祭

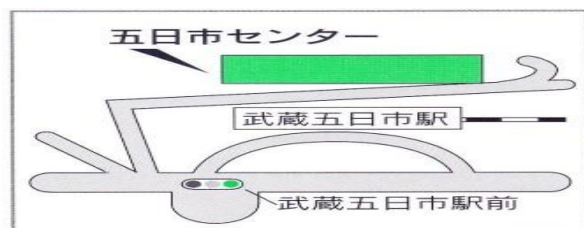
五日市センター

〒190-0166 あきる野市縮谷台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年

五日市センター・げんき便り

10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。

ほっと笑み・コラボ企画

❖ オレンジランプ映画上映会

日時：10月12日(月) 祝日

午前10時～12時

参加費：無料

ご来場
お待ちしております。



健康講座

❖ 人生100年時代エンディングノート書き方

これからの自分について楽しく考えて
みませんか。

日時：10月29日(木)

午後1時30分～2時30分

参加費：無料



四季折々教室

日時：毎月第1・3木曜日

午後1時～3時

講師：北島 初音さん

参加費：500円(材料費別)

定員：6名



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：10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



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

