

港区立三田いきいきプラザ教室事業・芝地区いきいきクラブ一覧

お申込み・お問合せ：03-3452-9421

★印は芝地区いきいきクラブです。

平成29年3月25日現在

三田

区分	事業名	曜日（開催週）	時間	会場	月謝・教材費	対象 ※すべて港区在住	定員	開催状況	募集状況	終了予定
趣味・教養・娯楽	書道教室	水（2・4）	午前10時～正午	集会室C	1,000円/回	概ね50歳以上	20	開催中	募集中	9/27
	書道教室	土（1・3）	午後1時～午後3時	集会室C	1,000円/回	概ね50歳以上	20	開催中	募集中	9/16
	カラオケ	水（毎週）	午後1時～午後4時	敬老室	無料	60歳以上	35	開催中	募集中	9/27
	いきいきカラオケ	金（毎週）	午後3時45分～午後5時	敬老室	無料	60歳以上	10	開催中	募集中	9/29
	麻雀教室	木（毎週）	午後1時～午後3時	集会室A	無料	60歳以上	32	5/11～	申込終了	9/28
	ステップアップアロマ講座	木（2）	午前10時～正午	集会室A	2,000円/回	概ね60歳以上	40	開催中	申込終了	9/14
	囲碁（初級～中級）	金（毎週）	午前9時15分～午前10時45分	集会室B	無料	60歳以上	16	開催中	申込終了	9/29
	囲碁（上段～有段）	金（毎週）	午前11時～午後0時30分	集会室B	無料	60歳以上	16	開催中	申込終了	9/29
	★ヴォイストレーニング教室	日（毎週）	午前10時30分～正午	集会室C	600円/回	概ね60歳以上	40	開催中	募集中	9/24
	★ペン字教室	火（2）	午後1時～午後3時	集会室A	1,000円/回	概ね50歳以上	20	開催中	募集中	9/12
	★ペン字教室	火（3）	午後1時～午後3時	集会室A	1,000円/回	概ね50歳以上	20	開催中	募集中	9/19
	楽しつくる臨床美術講座	火（1）	午後1時～午後3時	集会室B	500円/回	概ね50歳以上	10	開催中	申込終了	9/5
	おもてなしの茶道表千家	月（1・3）	午前9時30分～午前11時30分	講習室	2,000円/月	概ね50歳以上	8	開催中	募集中	9/11
	自主卓球①	月（毎週）	午後1時～午後2時30分	集会室C	無料	60歳以上	12	開催中	申込終了	9/25
	自主卓球②	月（毎週）	午後2時45分～午後4時15分	集会室C	無料	60歳以上	12	開催中	申込終了	9/25
	舞踊教室	月（毎週）	午後1時～午後3時	敬老室	1,000円/回	60歳以上	15	開催中	募集中	9/25
	★フラレッスン	金（1・3）	午後3時～午後4時	集会室B	2,000円/月	概ね50歳以上	10	開催中	申込終了	9/15
元気づくり事業	健康トレーニング	火（毎週）	午前9時15分～午前10時45分	敬老室	無料	60歳以上	24	4/4～	申込終了	8/29
	健康トレーニング	火（毎週）	午前11時15分～午後0時45分	敬老室	無料	60歳以上	24	4/4～	申込終了	8/29
	健康トレーニング	火（毎週）	午後1時～午後2時30分	敬老室	無料	60歳以上	24	4/4～	申込終了	8/29
	健康トレーニング	火（毎週）	午後2時45分～午後4時15分	敬老室	無料	60歳以上	24	4/4～	申込終了	8/29
	健康トレーニング	金（毎週）	午後1時30分～午後3時	敬老室	無料	60歳以上	24	4/7～	募集中	8/25
	もっと健康トレーニング	月（毎週）	午前9時15分～午前10時45分	敬老室	無料	60歳以上	24	4/3～	募集中	8/28
	もっと健康トレーニング	月（毎週）	午前11時～午後0時30分	敬老室	無料	60歳以上	24	4/3～	募集中	8/28
	筋力アップマシントレーニング	水・金（毎週）	午後1時30分～午後3時	トレーニングルーム	無料	65歳以上	7	4/5～	申込終了	6/28
	セルフマシントレーニング	木（毎週）	午前10時～午後11時30分	トレーニングルーム	無料	65歳以上	5	4/6～	申込終了	6/22
	やわらかボールトレーニング	水（毎週）	午前10時～午前11時30分	敬老室	無料	65歳以上	24	5/10～	募集中	8/2
	男性のための料理教室	木（隔週）	午前9時30分～午後2時	講習室	無料	60歳以上	8	4/6～	申込終了	9/7
	はじめてマシントレーニング	月・木（毎週）	午後2時～午後3時30分	トレーニングルーム	無料	65歳以上	8	4/3～	申込終了	6/26
	バランストレーニング足腰元気	木（毎週）	午前10時～午後11時30分	敬老室	無料	65歳以上	10	5/11～	募集中	8/24
	体力アップトレーニング	金（毎週）	午後1時30分～午後3時	敬老室	無料	65歳以上	18	5/12～	募集中	9/1
	みんなの食と健口	月（不定期）	午前10時～11時30分	講習室	無料	65歳以上	7	-	-	-
レシヨースト	いきいき体操	月・水・金（毎週）	午後3時30分～午後4時	トレーニングルーム	無料	60歳以上	10	開催中	申込不要	-
	いきいき体操	火・木・土（毎週）	午後1時30分～午後2時	トレーニングルーム	無料	60歳以上	10	開催中	申込不要	-
	フリーマシン	火・土（毎週）	午後2時～午後4時	トレーニングルーム	無料	60歳以上	32	開催中	申込不要	-