

神明だより 10月号

港区立神明いきいきプラザ
〒105-0013 港区浜松町1-6-7
TEL:03-3436-2500
HP://http://shiba-ikiiki.com/

いきがづくり・ふれあいコミュニティ事業のお知らせです。

	月	火	水	木	金	土	日	
	部屋の表記について (A)・・・集会室A (音)・・・音楽スタジオ (B)・・・集会室B (ダ)・・・ダンススタジオ (C)・・・集会室C (敬)・・・敬老室 (D)・・・集会室D (体)・・・体育館 ※会食サービス、買い物支援、男性のための料理教室は港区主催の事業です。 ※お風呂のご利用は 月・水・金の12:00～18:30となります。						1(日) 	ホースと呼吸法を学ぶ！ヨガレッスン(ダ)
午前	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)	
午後	姿勢矯正ストレッチ&ダンス(ダ) ゴルフ入門(体)	茶道(表)(D) 男性のための料理教室(C)	茶道(表)(D) 社交ダンス(初級)(ダ) 民謡入門(音) 男性のための料理教室(C)	絵本教室(C)	スポーツ吹矢(B) 会食サービス(C)	囲碁(初級～中級)(A) 囲碁(上級～有段)(A)	ホースと呼吸法を学ぶ！ヨガレッスン(ダ)	
夜間		自主囲碁(A) ふれあい卓球(体)		仏原語シャンソン教室(B) 美しいかなを書こう(C) 姿勢の美・ヨガストレッチ&ウォーキング(ダ) 自主カラオケ(音)	パステルアート教室(C) リズム入門(ダ) 初めての卓球(体)	フラダンス (ローズクラブ)(ダ)		
	9(月) 体育の日	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(日)	
午前		ヴォイストレーニング(AB) 英語でConversation(初級)(C) 英語でConversation(中級)(C) 社交ダンス(中級)(ダ)	英語カラオケ午前クラス(ダ) 男性のための料理教室(C)	絵本教室(C)	水墨画教室(A) スポーツ吹矢(B) 会食サービス(C) アロハビューティーフラ(ダ)	囲碁(初級～中級)(A) 囲碁(上級～有段)(A)	ホースと呼吸法を学ぶ！ヨガレッスン(ダ)	
午後		自主囲碁(A) ふれあい卓球(体)	俳句(A) 美しいかなを書こう(B) 社交ダンス(初級)(ダ) 男性のための料理教室(C)	美しいかなを書こう(C) 姿勢の美・ヨガストレッチ&ウォーキング(ダ) 自主カラオケ(音)	初めての卓球(体)	フラダンス (ローズクラブ)(ダ)		
夜間		英語カラオケ夜間自主クラス(ダ)	ほのぼの作品展(展)					
	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	22(日)	
午前	姿勢矯正ストレッチ&ダンス(ダ) ゴルフ入門(体)	英語でConversation(初級)(C) 英語でConversation(中級)(C)	茶道(表)(D)	絵本教室(C) ノルディックウォーキング(体)	スポーツ吹矢(B) 会食サービス(C)	囲碁(初級～中級)(A) 囲碁(上級～有段)(A)	ホースと呼吸法を学ぶ！ヨガレッスン(ダ)	
午後	カラオケ(歌唱指導)(ダ) カラオケ(のど自慢)(ダ)	自主囲碁(A) ふれあい卓球(体)	茶道(表)(D) 社交ダンス(初級)(ダ) 民謡入門(音)	仏原語シャンソン教室(B) 美しいかなを書こう(C) 姿勢の美・ヨガストレッチ&ウォーキング(ダ) 自主カラオケ(音)	リズム入門(ダ) 食べて美味しい栄養士講座(A) 初めての卓球(体)	フラダンス (ローズクラブ)(ダ)		
夜間	ネイティブに学ぶBritish English①(c) ネイティブに学ぶBritish English②(c)	英語カラオケ夜間自主クラス(ダ)						
	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)	
午前	絵手紙(C) 姿勢矯正ストレッチ&ダンス(ダ)	ヴォイストレーニング(AB) 英語でConversation(初級)(C) 英語でConversation(中級)(C) 社交ダンス(中級)(ダ)	英語カラオケ午前クラス(ダ) 男性のための料理教室(C)	絵本教室(C) ノルディックウォーキング(体)	水墨画教室(A) スポーツ吹矢(B) 会食サービス(C) アロハビューティーフラ(ダ)	囲碁(初級～中級)(A) 囲碁(上級～有段)(A)	ホースと呼吸法を学ぶ！ヨガレッスン(ダ)	
午後	カラオケ(歌唱指導)(ダ) カラオケ(のど自慢)(ダ)	自主囲碁(A) ふれあい卓球(体)	基本の「書」(B) 社交ダンス(ダ) 男性のための料理教室(C)	美しいかなを書こう(C) 姿勢の美・ヨガストレッチ&ウォーキング(ダ) 自主カラオケ(音)	初めての卓球(体)	フラダンス (ローズクラブ)(ダ)		
夜間		英語カラオケ夜間自主クラス(ダ)						
	30(月)	31(火)	カフェ営業時間変更について (郵便し及び定期清掃のため) 2日(月)10:00-16:00 (ラストオーダー15:30) 31日(火)10:00-16:00 (ラストオーダー15:30)		10月の買い物支援 10/4,11,18,25(水) 11:00-14:00@1階エントランス			
午前	姿勢矯正ストレッチ&ダンス(ダ) ゴルフ入門(体)	英語でConversation(初級)(C) 英語でConversation(中級)(C)						
午後	カラオケ(歌唱指導)(ダ) カラオケ(のど自慢)(ダ)	自主囲碁(A) ふれあい卓球(体)						
夜間	ネイティブに学ぶBritish English①(c) ネイティブに学ぶBritish English②(c)	英語カラオケ夜間自主クラス(ダ)						

申込方法等、詳しくは神明いきいきプラザ(TEL:03-3436-2500)にお問い合わせください。
内容に関しまして、急遽変更となる場合がございます。予めご了承ください。【9月25日版】