

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30年6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 <small>※すべて港区在住</small>	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	9/26	
	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	9/15	
	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	申込終了	9/26	
	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	申込終了	9/30	
	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	11/2～	申込終了	9/27	
	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	募集中	9/13	
	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	9/28	
	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	9/28	
	★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	9/30	
	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	申込終了	9/11	
	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	9/18	
	楽しく臨床美術講座	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	9/4	
	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	申込終了	9/10	
	ふれあい卓球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	9/10	
	ふれあい卓球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	募集中	9/10	
	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	9/24	
	ピースアクセサリー教室	金(2)	午後1時30分～午後4時00分	集会室B	1000～2000円/回	概ね50歳以上	15	開催中	募集中	9/14	
	絵手紙教室	火(2)	①10時～11時②11時30分～12時30分	講習室	無料	60歳以上	6	5/8～	申込み終了	9/25	
	絵手紙教室	火(4)	①10時～11時②11時30分～12時30分	講習室	無料	60歳以上	6	5/8～	申し込み終了	9/25	
	元氣 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	20	開催中	キャンセル待ち	8/28
		健康トレーニング	火(毎週)	午前11時～午後0時30分	敬老室	無料	60歳以上	20	開催中	キャンセル待ち	8/28
		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	20	開催中	キャンセル待ち	8/28
		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	20	開催中	キャンセル待ち	8/28
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	20	開催中	追加募集中	8/31	
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	20	開催中	追加募集中	9/3	
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	20	開催中	キャンセル待ち	9/3	
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	8/1～	募集中	10/24	
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	5/10～	キャンセル待ち	7/26	
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	20	5/16～	キャンセル待ち	8/8	
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	開催中	キャンセル待ち	9/6	
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	8/2～	募集中	10/29	
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	開催中	キャンセル待ち	7/26	
体カアップトレーニング		金(毎週)	午前10時～午後11時30分	敬老室	無料	65歳以上	18	5/11～	募集中	8/24	
膝痛予防改善		土(毎週)	午後1時30分～午後3時	敬老室	無料	65歳以上	8	5/12～	キャンセル待ち	8/4	
レ ッ ス ト	いきいき体操	①月・水・金(毎週)②火・木・土(毎週)	①午後3時30分～午後3時45分②午後1時30分～午後1時45分	トレーニングルーム	無料	60歳以上	10	開催中	申込不要	-	
	土曜日体操教室	土(毎週)	午前10時～午後11時30分	敬老室	無料	60歳以上	20	開催中	申込不要	-	
	フリーマシ	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	-	