

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12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	3/27
	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	3/16
	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	3/27
	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～	～10/5	2/28
	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	募集中	3/14
	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	22	開催中	キャンセル待ち	3/29
	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	22	開催中	募集中	3/29
	★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	キャンセル待ち	3/31
	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	3/12
	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	3/19
	楽しく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	キャンセル待ち	3/5
	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	キャンセル待ち	3/18
	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	募集中	3/25
	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	3/25
	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	3/25
	ピースアクセサリー教室	金(2)	午後1時～午後4時00分	集会室A	1500～2000円/回	概ね50歳以上	15	開催中	募集中	3/8
	絵手紙教室	火(2・4)	①午前10時～午前11時②午前11時30分～午後0時30分	講習室	無料	60歳以上	6	5/8～	キャンセル待ち	3/26
	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	2/26
	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	2/26
	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	2/26
	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	追加募集中	2/26
	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	3/1
	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	キャンセル待ち	2/25
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	2/25	
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	開催中	キャンセル待ち	2/27	
セルフマシントレーニング	木(毎週)	午前10時～午前11時30分	トレーニングルーム	無料	65歳以上	5	開催中	キャンセル待ち	1/24	
やわらかボルトレーニング	水(毎週)	午前10時～午前11時30分	敬老室	無料	65歳以上	20	開催中	キャンセル待ち	2/27	
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	3/7	
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	開催中	募集中	2/28	
バランストレーニング足腰元気	木(毎週)	午前10時～午前11時30分	敬老室	無料	65歳以上	10	開催中	キャンセル待ち	2/21	
体カアップトレーニング	金(毎週)	午前10時～午前11時30分	敬老室	無料	65歳以上	18	開催中	募集中	3/1	
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	開催中	キャンセル待ち	1/5	
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～午前11時30分	敬老室	無料	60歳以上	20	開催中	申込不要	-
	フリーマシントレーニング	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	-