

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。

令和元年2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	定員	開催状況	募集状況	終了予定
趣味・ 教養・ 娯楽	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	10/7～	キャンセル待ち	3/23
	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	10/7～	募集中	3/23
	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	10/7～	募集中	3/23
	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	10/7～	キャンセル待ち	3/16
	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	10/1～	キャンセル待ち	3/3
	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	10/8～	募集中	3/10
	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	10/15～	募集中	3/17
	絵手紙教室	火(2・4)	①午前10時～午前11時②午前11時～正午	講習室	無料	60歳以上	11	10/8～	募集中	3/24
	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	10/2～	キャンセル待ち	3/18
	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	10/2～	キャンセル待ち	3/25
	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	10/5～	募集中	3/21
	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	10/4～	キャンセル待ち	3/27
	囲碁(上級～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	10/4～	キャンセル待ち	3/27
	ピースアクセサリー教室	金(2)	午後1時～午後4時	集会室A	1,500～2,000円/回	概ね50歳以上	15	10/11～	募集中	3/13
★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50歳以上	40	10/6～	キャンセル待ち	3/29	
元気づくり 事業	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	10/7～	キャンセル待ち	2/24
	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	10/7～	キャンセル待ち	2/24
	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	10/1～	募集中	2/18
	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	10/1～	キャンセル待ち	2/18
	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	10/1～	キャンセル待ち	2/18
	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	10/1～	キャンセル待ち	2/18
	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	10/1～	募集中	2/21
	はじめての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	4/6～	3/1～	6/29
	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	3/1～	3/1～	7/1
	男性のための料理教室	木(2・4)	午前9時30分～午後2時	講習室	材料費として500円程度/回	60歳以上	8	4/2～	3/1～	9/3
	いきいき体操	月・水・金(毎週)	午後3時30分～午後3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	-
いきいき体操	火・木・土(毎週)	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	-	
レシ ョ ン ト	フリーマシントレーニング	火・土(毎週)	午後2時～午後2時30分	トレーニングルーム	無料	60歳以上	8	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30分～午後3時	トレーニングルーム	無料	60歳以上	8	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3時～午後3時30分	トレーニングルーム	無料	60歳以上	8	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3時30分～午後4時	トレーニングルーム	無料	60歳以上	8	開催中	申込不要	-
	健康トレーニング体験教室	火	午前10時00分～午前11時	敬老室	無料	60歳以上	20	開催中	申込不要	3/17
	転倒予防トレーニング	木	午前10時00分～午前11時20分	敬老室	無料	65歳以上	10	開催中	申込不要	3/26
	春のかんたんトレーニング	金(1・3)	午前10時00分～午前11時	敬老室	無料	60歳以上	20	開催中	申込不要	3/20
	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	-