



# 高齢者活動センター 1月事業カレンダー

発行日  
令和4年12月20日(火)  
【第1刷】

かがやきプラザ 高齢者活動センター 電話03-3265-1161 FAX 03-3265-1162 【午前9時～午後5時 開館】  
〒102-0074 千代田区九段南1-6-10 かがやきプラザ4階 (千代田区社会福祉協議会が運営しています)

日	月	火	水	木	金	土
1 休館日	2 休館日	3 休館日	4	5	6 ●健康医療相談(医師)	7 ●▲カラオケ開放
8 ●▲カラオケ開放	9 【成人の日】	10 ▲スポット体操「お正月太り解消!新春ポッコリお腹を凹ます体操&スローエアロビクス」	11 ●パソコンサロン ▲新春お楽しみ会	12	13 ●ビリヤードご新規day ▲利用者懇談会・同好会連絡会 ▲企画運営サポーター説明会	14 ●▲ちよだで多世代交流Ciao!「おんがくとあそぼう～等と一緒にコロリンシャン」 ●ゴルフご新規day ●パソコンサロン
15 ●▲カラオケ開放	16 ▲ハンドマッサージ	17 ▲運動器相談(医師)	18	19 ●おりがみ講習会「ハートのほこ」	20 ●健康医療相談(医師) ▲かがやきスマホサロン	21 ●▲カラオケ開放 ▲かがやきスマホサロン
22 ●▲カラオケ開放	23	24	25 ●パソコンサロン ●栄養相談	26	27 ●ビリヤードご新規day	28 ●ちよだで多世代交流Ciao!「ひだまりサロンチャオ恐竜サロン」 ▲ちよだで多世代交流Ciao!「ボードゲームサロン」
29 休館日	30 ●かがやきスマホサロン	31	<p>社会状況により、事業の中止や休館等になる可能性があります。</p> <p>ご理解・ご協力を宜しくお願いいたします。</p>			

●は午前・▲は午後に行う事業です。  
詳しい時間・場所・内容などは、センター窓口・のぞみ1月号などでご確認ください。

# 高齢者活動センター 1月かがやき大学カレンダー



ご参加には事前申込が必要です！活動センター窓口へお問合せください。

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
午前	休館日	休館日	休館日				
午後							
	8	9	10	11	12	13	14
午前					□歯周病①		
午後		【成人の日】	□警視庁				
	15	16	17	18	19	20	21
午前					□歯周病②		
午後			□eスポーツ		□東洋医学②	□終活	
	22	23	24	25	26	27	28
午前		□平家物語と能					
午後							
	29	30	31	<p>社会状況により、事業の中止や休館等になる可能性があります。 ご理解・ご協力を 宜しくお願いいたします。</p>			
午前	休館日						
午後							