

日	月	火	水	木	金	土
このマークはサロンの実施日です ☪ 囲碁サロン(毎日9:00～17:00) 📅 麻雀サロン (月・水・金 10:00～17:00) ✍ めりえサロン (土・日 10:00～16:30)					☪ 1 📅 ☪ 入浴サービス(月・水・金 12:00～16:00) ☪ 会食サービス (火 11:45～12:30) ※要申込 ※カラオケと輪投げもサロンになりました！ 🧑朝の体操は、毎日9:15～9:45に開催中！	☪ 2 ✍ 敬:麻雀教室 (10:00～13:00)
					敬:スポーツ吹矢 (10:00～11:45)	敬:カラオケサロン (13:15～15:30)
☪ 3 ✍ 敬:フラダンス (10:00～11:00)	☪ 4 ☪ 📅 敬:リフレッシュヨガ (13:30～14:30)	☪ 5 ☪ 敬:輪投げサロン (10:00～11:30)	☪ 6 📅 ☪ 敬:ボイトレ (10:30～正午)	☪ 7 敬:太極拳教室 (13:00～15:00)	☪ 8 📅 ☪ 敬:スポーツ吹矢 (10:00～11:45)	とよおか カーニバル (13:30～16:00)
	敬:英会話 (13:00～14:15)	敬:手芸教室 (13:00～15:00)	敬:カラオケサロン (13:15～15:30)	敬:カラオケサロン (13:15～15:30)		
☪ 10 ✍ 敬:フラダンス (10:00～11:00)	☪ 11 ☪ 📅 敬:リフレッシュヨガ (13:30～14:30) 敬:元気湧くわく (15:45～17:00)	☪ 12 ☪ 敬:輪投げサロン (10:00～11:30)	☪ 13 📅 ☪ 敬:絵手紙教室 (13:30～15:30)	☪ 14 敬:血液検査値の見方講座 (13:30～15:00) ふ:川柳クラブ (17:00～18:00)	☪ 15 📅 ☪ 敬:スポーツ吹矢 (10:00～11:45)	☪ 16 ✍ 敬:麻雀教室 (10:00～13:00)
☪ 17 ✍ 敬:フラダンス (10:00～11:00)	☪ 18 ☪ 📅 敬:リフレッシュヨガ (13:30～14:30) 敬:元氣湧くわく (15:45～17:00)	☪ 19 ☪ 敬:輪投げサロン (10:00～11:30)	☪ 20 📅 ☪ 敬:ボイトレ (10:30～正午)	☪ 21 敬:太極拳教室 (13:00～15:00)	☪ 22 📅 ☪ 敬:スポーツ吹矢 (10:00～11:45)	☪ 23 ✍ 敬:ウクレレサロン (14:00～16:00)
	敬:書道教室 (13:30～15:30)	敬:英会話 (13:00～14:15) 洋:ラダーゲッター (15:30～17:00)	和:手芸教室 (13:00～15:00) 敬:ふろしきでエコバック (13:30～15:00)	敬:カラオケサロン (13:15～15:30)		
☪ 24 ✍ 敬:フラダンス (10:00～11:00)	☪ 25 ☪ 📅 敬:リフレッシュヨガ (13:30～14:30)	☪ 26 ☪ 敬:輪投げサロン (10:00～11:30)	☪ 27 📅 ☪ 敬:絵手紙教室 (13:30～15:30) 洋:プリザーブドフラワー (14:00～16:00)	☪ 28 和:朗読講座 (14:00～15:30) 敬:太極拳教室 (13:00～15:00)	☪ 29 📅 ☪ 敬:スポーツ吹矢 (10:00～11:45)	☪ 30 ✍ 敬:麻雀教室 (10:00～13:00)
	敬:英会話 (13:00～14:15)		敬:カラオケサロン (13:15～15:30) 敬:豊岡ロードショー (17:00～19:00)			
☪ 31 ✍ 敬:フラダンス (10:00～11:00)	【豊岡いきいきプラザよりお知らせ】 豊岡いきいきプラザは9月中旬～11月中旬の間、空調工事を行います。 それにより、講座のお部屋が変更になったり、お休みになる場合がございます。 皆様にはご迷惑をおかけして、申し訳ございません。					
敬:おりがみ (13:30～15:00)						

港区立豊岡いきいきプラザ

平成28年6月25日発行
No.380

豊岡だより 7月号

【初めての方】
利用登録が必要です。住所・氏名・年齢を確認できる保険証、免許証等
および緊急連絡先のメモをご持参ください

豊岡いきいきプラザは、
60歳以上の港区民の方なら
どなたでもご利用いただけます。
御来館の際は利用登録証を
ご持参ください。

♪歌って踊って盛り上がりましょう！4館合同演芸会♪

4館合同演芸会 無料

日時：7月30日 土曜日 10：00～16：00（予定） 開場：9：30～
場所：白金台いきいきプラザ 地下2階ホール 申込：港区民のみ出演可 ※観覧申込は不要です
出演枠：下記のいずれかの枠からお申し込みください
出演時間：1枠5分程度でお願いします
①所属老人会⇒各老人会 最大5枠まで（老人会ごとにまとめたの提出をお願いします）
②各教室 ⇒1教室につき1枠（出演人数30名以上の教室は2チームにわけての申込可）
③一般 ⇒どなたでも申し込み可能。但し、老人会や教室無所属の方が
優先の出演となります。また、申し込み多数の場合は抽選とさせて
いただきます。出演可不可（抽選結果）は7/22に各プラザに
掲示されます。プログラムにてご確認ください



♪年に一度のお楽しみ！児童館との合同イベント♪

とよおかカーニバル

日時：7月9日 土曜日 13：30～16：00 場所：豊岡児童館、豊岡いきいきプラザ
★輪投げ・喫茶店（白玉ぜんざい）など出店予定です★
【チケットに関して】
・おとな券（19歳以上の地域の方）150円
・6月13日（月）10：00～7月8日（金）18：00まで
いきいきプラザ事務所に必ずご本人様がお買い求めください
・当日券はございませんので、必ず8日までにお買い求めください
・19歳未満の方は豊岡児童館にてチケットをお買い求めください
・日曜・祝日の販売はありません。
・お1人様1枚までのご購入とさせていただきます。





♪春の演芸会につづいて夏も大盛り上がり♪

夏の演芸会

日時：8月5日 金曜日 10：00～16：00 場所：1階敬老室 対象：60歳以上の港区民の方
定員：36名 参加費：¥1,000 申込：7月1日（金）～7月22日（金）までにご本人様が直接事務所
受付にて。事前キャンセル、曲目の変更は7月31日（日）までとさせていただきます。
8月1日（月）以降はご返金できません。8月2日（火）にプログラムを館内に掲示いたします。



講座・イベント紹介

※コンサート等の一部を除く全ての講座は60歳以上の港区民の方が対象です。

7月、8月スタートの講座のご案内♪

はじめての麻雀教室

無料

日時：8月6日～11月26日 土曜日
※9月10日、10月15日を除く 全16回
10：00～13：00
場所：1階敬老室 ※空調工事のため、お部屋が変更になる場合がございます
対象：60歳以上の港区民の方定員：8名（抽選）
講師：可児 忍氏、北野 道尚氏
申込：6月25日（土）～7月24日（日）
ご本人様が事務所受付にてアンケートをご記入の上、お申し込み
※お電話でのお申し込みはできません
抽選結果は7月25日（月）に館内に掲示いたします

豊岡川柳クラブ

無料

日時：7月14日、8月11日、9月8日 木曜日 17：00～18：00
場所：1階ふれあいルーム 定員：10名
持物：筆記用具
申込：6月25日（土）～7月11日（月）
ご本人様がお電話または事務所受付にて
抽選結果は7月12日（火）に館内に掲示いたします
毎月のお題にあった川柳を参加者みんなが選者となって
選びます。7月のお題は「家」。家、家族、家具について
思いついたことを川柳にしてみませんか？



あたまの体操&3時のティータイム

無料

日時：7月10日 日曜日（月1回） 14：00～15：00
※ティータイムは15：00～16：00
場所：1階敬老室
持物：筆記用具、眼鏡（必要な方）
申込：不要（当日、受付にて登録証をご提示ください）
あたまを刺激した後は、ゆっくりティータイム
です♪あたまの体操のみ、ティータイムのみのご参加も可能です



絵手紙講座

無料

日時：7月13日・27日、8月10日・24日、9月14日、10月12日・26日 水曜日 ※9月28日を除く 全7回 13：30～15：30
場所：1階敬老室 ※空調工事のため、お部屋が変更になる場合がございます
対象：60歳以上の港区民の方 定員：8名（抽選）
講師：増成 順子氏
持物：中筆2本、面相筆1本、顔彩、墨汁、硯、パレット、
絵手紙用はがきなど 初回は先生が貸して下さいます
申込：受付中～7月4日（月）ご本人様がお電話または事務所受付まで
抽選結果は7月6日（水）に館内に掲示いたします
送る楽しさ！受け取る嬉しさ！季節感あふれる絵手紙を描いてみませんか？

スポーツ吹矢講座

日時：8月12日～11月25日 金曜日 ※9月16日を除く 全15回 10：00～11：45
9月2日（金）は「白金台いきいきプラザ」で大会を開催予定です
場所：1階敬老室または2階洋室
※空調工事のため、お部屋が変更になる場合がございます
定員：17名（抽選）講師：港区スポーツ吹矢協会の皆様
材料費：500円/月 毎月初回に集金します
持物：お飲み物、タオル、動きやすい服装でお越しください
申込：6月25日（土）～7月24日（日）
ご本人様がお電話または事務所受付にて
抽選結果は7月25日（月）に館内に掲示いたします

ボイストレーニングとコーラス

無料

日時：8月3日、24日、9月7日、21日、10月5日、19日、11月2日、16日 水曜日 全8回 10：30～正午
場所：1階敬老室または2階洋室
※空調工事のため、お部屋が変更になる場合がございます
定員：35名（抽選） 講師：水野 幹子氏
持物：お飲み物、タオル
申込：6月25日（土）～7月22日（金）
ご本人様がお電話または事務所受付にて
抽選結果は7月23日（土）に館内に掲示いたします

新しい講座、人気の講座が盛りだくさん！

ふろしきでエコバッグ作りと映像で見る物流の今昔

無料

日時：7月20日 水曜日 13：30～15：00
場所：1階敬老室 対象：60歳以上の港区民の方
定員：20名（抽選）講師：三田 芳美氏、玉井 幹司氏（物流博物館）
持物：筆記用具、眼鏡（必要な方）
申込：受付中～7月12日（火）ご本人様がお電話または事務所受付まで
抽選結果は7月13日（水）に館内に掲示いたします
便利なバッグやペットボトル包みなどおしゃれなふろしき術と
港区界隈の物流の今昔を映像で紹介いたします

プリザーブドフラワーを使ったフラワーアレンジメント講座～和のアレンジ 夏の思い出～

日時：7月27日 水曜日 14：00～16：00
場所：2階洋室 対象：60歳以上の港区民の方
定員：20名（抽選）
講師：斎藤 美穂子氏（IFA公認フラワーデザイナー）
持物：ハサミ、持ち帰り用袋（25cm×35cm）
材料費：2,000円 ご当選後、講座前日までに事務所受付にて
お支払いをお願いします
申込：6月25日（土）～7月15日（金）にご本人がお電話
または事務所受付にて
抽選結果は7月16日（土）に館内に掲示いたします

みんなでわくわくらダーゲッターをしよう！ ※豊岡児童館の子供たちとの交流事業です！

無料

日時：7月19日 火曜日 15：30～17：00 場所：2階洋室 対象：60歳以上の港区民の方
定員：10名 申込：不要 当日直接会場へ
ラダーゲッターはどなたでも楽しめるスポーツです。ヒモでつながっている2個のボールを
ハシゴに向かって投げ、豊岡児童館の子供たちと得点を競います！

サロン事業のご案内 お申し込み不要！お問い合わせは事務所受付まで。カラオケサロンは進行のボランティアを募集中です！

サロン名	開催日		時間	定員	持物
輪投げサロン	毎週（中止になる場合あり）	火曜日	10：00～11：30	なし	いきいきプラザ登録証
カラオケサロン	毎週（中止になる場合あり）	金曜日	13：15～15：30	なし	〃
豊岡ロードショー	月1回	金曜日	17：00～19：00	なし	〃

教室事業のご案内 お問い合わせ・お申し込みは事務所受付まで。ご見学も可能。カラオケ、輪投げはサロン事業となりました。

教室名	開催日		時間	定員	会費／月
書道教室	原則第1・3	月曜日	13：30～15：30	28	1,000円
手芸教室	原則第1・3	水曜日	13：00～15：00	10	800円（教材費別途）
太極拳教室	月3回	木曜日	13：00～15：00	12	2,000円

講座のお申込み、お問い合わせはこちらまで 豊岡いきいきプラザ（指定管理者 社会福祉法人 奉優会）

〒108-0073 東京都港区三田5-7-7 TEL：03-3453-1591 メール：ikiiki-toyooka@foryou.or.jp ホームページ：<http://ikiiki-toyooka.foryou.or.jp>

