

日	月	火	水	木	金	土
【空調調和設備改修工事のお知らせ】 9月15日(木)～12月16日(金)予定の豊岡いきいきプラザ及び豊岡児童館の電気・空調改修工事に伴い、一部施設が休止となります。利用可能な場合でも、工事期間中は騒音等が発生する場合や講座会場が変更またはお休みになる場合がございます。ご迷惑をおかけして申し訳ございません。						

このマークはサロンの実施日です  囲碁サロン は毎日ご利用いただけます (9:00～17:00)  麻雀サロン は月・水・金のご利用です (10:00～17:00)  めりえサロン は土・日のご利用です (10:00～16:30)				1	 2 	3 
				敬:太極拳教室 13:00～15:00	敬:スポーツ吹矢 10:00～11:45 敬:カラオケサロン 13:15～15:30	敬:麻雀教室 10:00～13:00
4 	 5 	6	 7 	8	 9 	10 
敬:フラダンス 10:00～11:00	洋:書道教室 13:30～15:30 敬:リフレッシュ ヨガ 13:30～14:30	敬:輪投げサロン 10:00～11:30 ふ:会食 11:45～12:30	敬:ボイトレ 10:30～12:00 敬:手芸教室 13:30～15:30	敬:健康寿命の 延伸法 13:30～15:00 ふ:川柳 17:00～18:00	敬:年忘れ演芸会 10:00～16:00	敬:麻雀教室 10:00～13:00 敬:ウクレレ サロン 14:00～16:00
11 	 12 	13	 14 	15	 16 	17 
敬:フラダンス 10:00～11:00 敬:あたまの体操 & ティータイム 14:00～16:00	敬:リフレッシュ ヨガ 13:30～14:30	敬:輪投げサロン 10:00～11:30 ふ:会食 11:45～12:30 敬:みんなで 輪投げをしよう 15:30～17:00	敬:絵手紙講座 13:30～15:30 児:もちつき大会 13:45～16:00	敬:太極拳教室 13:00～15:00 和:朗読教室 14:00～15:30	敬:スポーツ吹矢 10:00～11:45 敬:カラオケサロン 13:15～15:30	敬:クリスマス コンサート 14:00～15:00 洋:写真教室 14:00～16:00
18 	 19 	20	 21 	22	 23 	24 
敬:フラダンス 10:00～11:00	洋:書道教室 13:30～15:30 敬:リフレッシュ ヨガ 13:30～14:30	敬:輪投げサロン 10:00～11:30 ふ:会食 11:45～12:30	敬:ボイトレ 10:30～12:00 敬:手芸教室 13:30～15:30 洋:プリザーブド フラワー 14:00～16:00	洋:元気な人も 老後に備えよう 10:30～12:00 敬:太極拳教室 13:00～15:00	敬:スポーツ吹矢 10:00～11:45 敬:カラオケサロン 13:15～15:30 敬:利用者懇談会 15:30～16:00 敬:豊岡 ロードショー 17:00～19:00	ふ:麻雀教室 10:00～13:00
25 	 26 	27	 28 	29	30	31
敬:フラダンス 10:00～11:00 敬:おりがみ ひろば 13:30～15:00	敬:リフレッシュ ヨガ 13:30～14:30	敬:輪投げサロン 10:00～11:30 敬:会食 11:45～12:30	休館日 12月29日～1月3日			

港区立豊岡いきいきプラザ

平成28年11月25日発行
No.385

豊岡だより

12月号



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。
【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。

無料

とよおかクリスマスコンサート
声楽家と
合唱団アルテハーゼンを迎えて

オペラ歌手で声楽家の長野氏と合唱団によるウィンターコンサート！
叙情的な寮歌、唱歌や懐かしい冬の名曲を披露します

日時:12月17日(土)14:00～15:00
ゲスト:長野安恒氏、合唱団アルテハーゼンの皆様
申込:不要。どなたでも♪
場所:1階 敬老室
ご友人・ご家族の方をお誘い合わせの上、ぜひお越しください！

無料

元気な人も老後に備えよう
～在宅生活を支える介護保険と高齢者サービスの活用術～

60歳未満の方も大歓迎！

日時:12月22日 木曜日 10:30～12:00
場所:2階洋室 定員:30名(先着順)
持ち物:筆記用具、眼鏡(必要な方)
講師:高齢者相談センター相談員



60歳未満の方も大歓迎！

日時:12月22日 木曜日 10:30～12:00
場所:2階洋室 定員:30名(先着順)
持ち物:筆記用具、眼鏡(必要な方)
講師:高齢者相談センター相談員

申込:11月25日(金)～定員になり次第
ご本人様が電話または直接事務所受付まで
介護が必要な時、元気でも体調不良や不安がある時、活用できるサービスや
相談窓口を紹介します。

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。

人気の講座、申し込みスタートです

無料 初心者向け写真講座 ～日常のキロクを撮ってみよう～

日時：平成29年1月21日、2月18日、3月18日 全3回

土曜日 14:00～16:00

場所：1階敬老室 定員：20名（抽選）

講師：坂本 阡弘氏（写真家）

持ち物：デジカメ・スマートフォン・iPad等なんでもOK！

申込：11月25日（金）～平成29年1月13日（金）までに

ご本人様がお電話または直接事務所受付まで

※1月14日（土）に抽選結果を館内掲示いたします

写真の撮り方の基本から学び、小物撮影や外に出て撮影に行ったりします



プリザーブドフラワーアレンジメント講座4回コース

日時：12月21日、平成29年1月18日、2月15日、3月15日 全4回

水曜日 14:00～16:00

場所：2階洋室 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）

持ち物：ハサミ、持ち帰り用袋（20cm×25cm）

材料費：各2,000円 ご当選後、毎月の講座前日までに窓口にてお支払いを
お願いいたします。※月が変わってからのキャンセル・ご返金はできません。

申込：11月25日（金）～12月10日（土）までにご本人様がお電話または事務所受付にて

※12月11日（日）に抽選結果を館内掲示いたします

季節に合った作品を毎月1つ作ります。毎回おしゃれな花器付きです♪

～利用者懇談会のお知らせ～

日時：12月23日 金曜日 15:30～16:00

場所：1階敬老室 ※カラオケサロン終了後に行います

申込：不要 お気軽にお越しください♪

イベントや今後の予定を報告します。ご意見・ご要望がございましたら是非お聞かせください

講座のお申込み、お問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>



児童館合同イベント&児童館交流事業

無料



おもちつき大会



毎年恒例の年末もちつき！

子どもたちとできたてのおもちを食べましょう♪

日時：12月14日 水曜日 13:45～16:00（最終受付15:30）

対象：港区いきプラご利用者様、児童館ご利用者様

会場：豊岡児童館3階遊戯室・2階洋室

持ち物：マイ箸・マイカップ

申込：12月1日（木）～12月13日（火）直接、事務所受付にて



無料

☆今月の児童交流事業☆

みんなで **わなげ** をしよう！

日時：12月13日 火曜日

15:30～17:00

場所：1階敬老室 定員：10名（先着順）

持ち物：なし

申込：不要。当日直接会場へお越しください

無料

4館合同イベント

100食限定

年末だよ！全員集合

～年越しそばのお振舞い～

日時：12月29日（木）

11:00～14:00

会場：白金いきいきプラザ

対象：60歳以上の港区民の方

申込：不要。

当日直接お越し下さい

毎年恒例の無料年越しそば企画♪

今年は白金いきいきプラザで開催です！

いきプラ体操

申込不要。毎日9時15分～
元気に開催中！



～年末年始のお知らせ～

年内の開館は、
12月28日（水）17:00まで、
12月29日（木）～1月3日（火）は
休館日です。

年始は1月4日（水）9:00から
開館致します。
平成29年も宜しく願い致します