

豊岡だより 1月号

☆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>



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

～ご挨拶～
いつも当館をご利用いただきありがとうございます
2018年もよろしく願いたします 豊岡いきいきプラザ職員一同

とよおかカフェ共催
元フジテレビアナウンサー **野間脩平**の

「3時のあなた」の
名司会者!

無料 梅香の候、人情朗読を味わう

元祖イケメンアナウンサー野間脩平さんが初来館！
当時のテレビショーのエピソードや時代ものの朗読は必聴です！

- 第一部 講演「現在（いま）を楽しく」
- 第二部 朗読劇「田辺聖子作 初午の女」阿部義高氏×宮崎弥生氏
- 第三部 朗読「池波正太郎作 鬼平犯科帳より大川の隠居」

日時：2月8日 木曜日 14:00～16:00

場所：1階敬老室
ゲスト：野間脩平氏（元フジテレビアナウンス室長）、
阿部義高氏（朗読赤十字奉仕団委員長、当館朗読講座講師）
宮崎弥生氏（NPO日本朗読文化協会講師）

対象：60歳以上の港区民の方
定員：36名
申込：12月25日（月）～1月31日（水）までにご本人がお電話または事務所受付にて
※2月1日（木）に抽選結果を館内掲示いたします

カラオケサロン
今月の課題曲は
三笠優子「母恋い三度笠」

1月の予定表

開催場所
敬:1階敬老室
ふ:1階ふれあいルーム
洋:2階洋室
和:2階和室

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5 ☁	6
休館日 12月29日～1月3日						
7	8 ☁	9	10 ☁	11	12 ☁	13
敬:フラダンス 10:00～11:00 	洋: Happy English 13:00～14:00	敬: 輪投げサロン 10:00～11:30 ふ: 会食サービス 11:45～12:30	和: 手芸教室 13:00～15:00 敬: 絵手紙講座 13:30～15:30 ふ: 川柳クラブ 16:30～18:00	敬: 太極拳教室 13:00～14:30	敬: スポーツ吹矢 10:00～11:45 敬: カラオケサロン 13:15～15:30	ふ: 麻雀教室 10:00～13:00 ふ: ウクレレ サロン 14:00～16:00
14	15 ☁	16	17 ☁	18	19 ☁	20
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	洋: Happy English 13:00～14:00 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: 会食サービス 11:45～12:30 敬: みんなでわくわく pepperと遊ぼう! 15:30～17:00	敬: ポイトレ 10:30～12:00 敬: みなきてカフェ 13:30～16:00 	敬: 太極拳教室 13:00～14:30 ふ: 朗読講座 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 	ふ: 麻雀教室 10:00～13:00
21	22 ☁	23	24 ☁	25	26 ☁	27
敬: フラダンス 10:00～11:00	洋: Happy English 13:00～14:00 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: 会食サービス 11:45～12:30	和: 手芸教室 13:00～15:00 敬: 絵手紙講座 13:30～15:30	敬: 太極拳教室 13:00～14:30	敬: スポーツ吹矢 10:00～11:45 敬: カラオケサロン 13:15～15:30 敬: ロードショー 17:00～19:00 	敬: 麻雀大会 11:30～17:00
28	29 ☁	30	31 ☁	今年も元気に朝体操しましょう！ ☆いきプラ体操 毎朝9時15分～9時45分 		
敬: フラダンス 10:00～11:00 敬: おりがみ ひろば 13:30～15:00	洋: Happy English 13:00～14:00 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: 会食サービス 11:45～12:30				

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。

みんな来てきて！みなきてカフェ♪

ボイトレ水野先生とアカペラコーラスの元気になる歌声喫茶、



pepper も来るよ！新春スペシャル

日時：1月17日 水曜日 13:30～16:00

場所：1階敬老室

ゲスト：水野幹子氏（当館「ボイトレーニングとコーラス」講師）
ランチボックス（アカペラコーラス）の皆さん

参加費：100円

申込：不要。港区の方ならどなたでも♪当日直接会場へ



無料

新春！とよおか麻雀大会

日時：1月27日 土曜日 11:30～17:00（予定）

場所：1階敬老室

立会人：可児忍氏、北野道尚氏（当館「はじめての麻雀教室」講師）

対象：60歳以上の港区民

定員：16名（抽選）

申込：12月25日（月）～1月19日（金）までにご本人様が事務所受付にて
※1月20日（土）に抽選結果を館内掲示いたします

無料

おりがみひろば～節分だよ、鶴の豆入れ箱～

日時：1月28日 日曜日 13:30～15:00

場所：1階敬老室

申込：若干名 ※当日参加ご希望の方は電話または事務所受付にて

持ち物：お好みのおりがみ（普通サイズ）数枚



サロン事業のご案内 お申込み不要！お気軽にお越しください♪

※麻雀、将棋、カラオケボランティアさん募集中！

サロン名	開催日	時間	サロン名	開催日	時間
囲碁サロン	毎日	9:00～17:00	輪投げサロン	毎週火曜日	10:00～11:30
麻雀サロン	月・水・金	10:00～13:30 13:30～17:00	カラオケサロン	毎週金曜日	13:15～15:30
	日	13:30～16:45			
ぬりえサロン	土・日	10:00～17:00	ウクレレサロン	第2土曜日	14:00～16:00

* 今月の豊岡ロードショー *

無料

『上流社会』 1月26日（金）17:00～19:00

監督：チャールズ・ウォルターズ 主演：グレース・ケリー

グレース・ケリー最後のハリウッド出演！

無料

送る楽しさ！受け取る楽しさ！絵手紙講座

季節感あふれる絵手紙をあなたも描いてみませんか♪

日時：1月10日・24日、2月14日・28日、3月14日・28日
第2、第4水曜日 全8回 13:30～15:30

場所：1階敬老室

講師：増成順子氏

定員：15名（抽選）

持ち物：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いただきます

申込：12月25日（月）～1月8日（月）までにご本人様が電話または事務所受付にて

※1月9日（火）に抽選結果を館内掲示いたします



無料

豊岡川柳クラブ

初心者の方でも気軽に入れます！



1月のお題は「騒ぐ」です

作品の締め切りは1月7日（日）です

日時：1月10日 水曜日
16:30～18:00

今月は
第2水曜日
開催です

場所：1階ふれあいルーム

講師：植竹団扇（だんせん）氏

持ち物：筆記用具

申込：ご本人様が電話または事務所受付にて

高輪地区年始事業のご案内♪

箱根駅伝応援カフェ



日時：1月3日 水曜日
10:00～14:00

場所：高輪いきいきプラザ 1Fカフェ

対象：港区民の方

（お汁粉の配布は60歳以上の方が優先となります）

申込：不要。当日直接会場へ♪

無料

『お汁粉コーナー』

第93回箱根駅伝の復路の様子をテレビ観戦しながら、熱い戦いを応援しませんか！

豊岡いきいきプラザ 交通のご案内

地下鉄

南北線・三田線白金高輪駅 2番出口 徒歩10分

三田線・浅草線三田駅 A3番出口 徒歩15分

JR山手線・京浜東北線田町駅 西口 徒歩15分

都バス

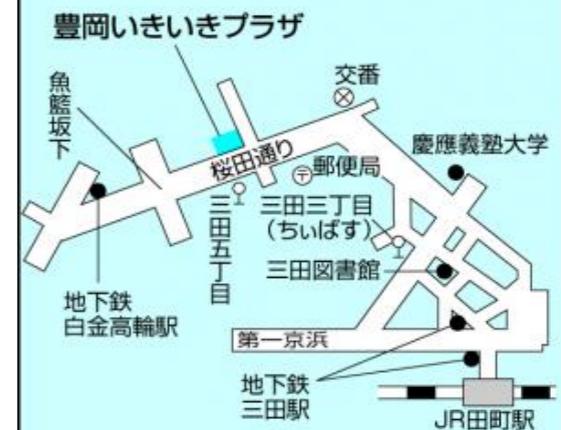
（田87）田町駅から渋谷駅

（東98）東京駅丸の内南口から等々力操車場

「三田五丁目」バス停 下車、目の前

白金高輪駅 2番出口より桜田通りを慶應大学方面へ
道なりに進んでいただき、三田五丁目バス停の目の前です。
向かい側にケーヨーデイツーがあります。

港区立豊岡いきいきプラザ TEL03-3453-1591



ちいばす高輪ルート「三田三丁目」徒歩8分