

カラオケサロン
今月の課題曲は
真木柚布子「砂の城」

9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
豊岡ロードショー 9月29日（金）17:00～19:00 『郵便配達は二度ベルを鳴らす』 監督：ルキノ・ヴィスコンティ 主演：マッシモ・ジロッチィ					1 湯	2
					敬:スポーツ吹矢 10:00～11:45 敬:カラオケサロン 13:15～15:30 洋:スローエアロ 13:30～15:00	敬:麻雀教室 10:00～13:00
3	4 湯	5	6 湯	7	8 湯	9
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 洋:スローエアロ 13:30～15:00	敬:ポイトレ 10:30～12:00 敬:手芸教室 13:00～15:00	洋:脳活体験塾 10:30～11:30 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 洋:スローエアロ 13:30～15:00	敬:麻雀教室 10:00～13:00 敬:ウクレレ サロン 14:00～16:00
10	11 湯	12	13 湯	14	15 湯	16
敬:フラダンス 10:00～11:00 敬:あたま体操 & 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 洋:英語で話そう 15:00～16:00	敬:輪投げサロン 10:00～11:30 ふ:会食サービス 11:45～12:30 洋:スローエアロ 13:30～15:00 洋:みんなでわくわく 小物作り 15:30～17:00	敬:絵手紙講座 13:30～15:30	洋:脳活体験塾 10:30～11:30 敬:太極拳教室 13:00～14:30 ふ:川柳クラブ 17:00～18:00 ふ:朗読講座 14:00～15:30	敬:カラオケサロン 13:15～15:30 洋:スローエアロ 13:30～15:00	敬:麻雀教室 10:00～13:00
17	18 湯	19	20 湯	21	22 湯	23
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 洋:スローエアロ 13:30～15:00	敬:ポイトレ 10:30～12:00 和:手芸教室 13:00～15:00 敬:みなきてカフェ 13:30～16:00	洋:脳活体験塾 10:30～11:30 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 洋:スローエアロ 13:30～15:00	敬:麻雀教室 10:00～13:00
24	25 湯	26	27 湯	28	29 湯	30
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 洋:英語で話そう 15:00～16:00	敬:輪投げサロン 10:00～11:30 ふ:会食サービス 11:45～12:30 洋:スローエアロ 13:30～15:00	敬:絵手紙講座 13:30～15:30	洋:脳活体験塾 10:30～11:30	敬:スポーツ吹矢 10:00～11:45 敬:カラオケサロン 13:15～15:30 洋:スローエアロ 13:30～15:00 敬:ロードショー 17:00～19:00	敬:麻雀教室 10:00～13:00

豊岡だより 9月号

平成29年8月25日発行 No.39 4

☆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>



高輪地区いきいきフェスタ2017

～白金・高輪はおもしろい♪まで みて ためして 地域を知ろう～

- 日時: 9月30日（土）
午前10時～16時予定
- 場所: 白金台いきいきプラザ
- 対象: 港区民
- 申込: 不要
- ※詳細は別紙参照

- 介護予防体操 ○血管年齢測定 ○骨密度測定
- スポーツコーナー ○ウォーキング企画 ○講演会
- 口腔健康講座 ○お菓子販売 ○お野菜販売 他多数

年に1度の地域イベント

来場
プレゼント

地域交流サロン&地域情報発信地

みんな来てきて！

敬老スペシャル！

みなきてカフェ



介護予防あおぞらの楽しいメンバーとのコミュニティカフェ！



日時: 9月20日 水曜日（隔月開催）
13:30～16:00

場所: 1階敬老室
ゲスト: 清水軍治氏（アコーディオン奏者・港区音楽連盟会長）
: 太陽の子三田五丁目保育園の園児と先生
対象: 港区民の方ならどなたでも
参加費: 100円
申込: 不要、当日直接会場へ



9月は地域の皆様のますますのご健康をお祈りする敬老スペシャル！
郷愁誘うアコーディオンの音色にあわせて、歌う時間もたっぷり。
保育園児たちも遊びに来て、うれしい出会いが待っています！

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。

いけばな講座～モダン要素を取り入れた草月流～

自分流にアレンジできる、いけばな教室

日時：10月5日 木曜日 14:00～16:00

場所：2階洋室

講師：戸田亮太郎氏（草月流二級師範）回覧

定員：10名（抽選）

持ち物：なし 材料費：1,100円

申込：8月25日（金）～9月25日（月）までにご本人様がお電話または事務所受付にて

※ご当選後、10月2日（月）までに窓口にてお支払いをお願いいたします

※10月3日（火）以降のキャンセル・ご返金はできません

※9月26日（火）に抽選結果を館内掲示いたします



秋のプリザーブドフラワーアレンジメント講座

月形のリースで可愛いハロウィンムーンを作ります

日時：10月18日 水曜日 14:00～16:00

場所：2階洋室

講師：斎藤美穂子氏（IFA公認フラワーコーディネーター）

定員：20名（抽選）

持ち物：ハサミ、持ち帰り用袋（20cm×25cm）

材料費：3,000円

申込：8月25日（金）～10月6日（金）までにご本人様がお電話または事務所受付にて

※ご当選後、講座前日までに窓口にてお支払いをお願いいたします

※10月10日（日）以降のキャンセル・ご返金はできません

※10月7日（土）に抽選結果を館内掲示いたします



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

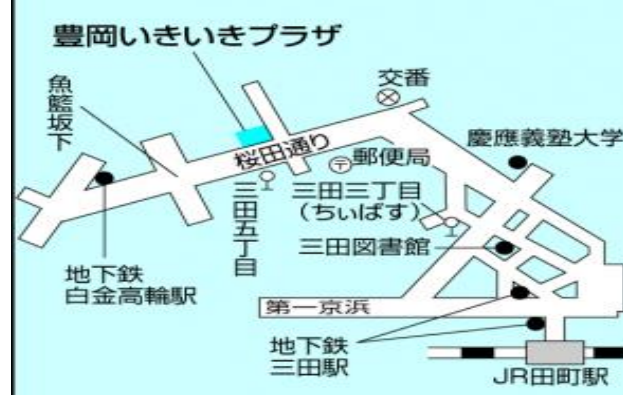
JR山手線・京浜東北線田町駅 西口 徒歩15分

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



チャレンジコミュニティ・クラブ共催 英会話入門フッキーのHappy English!

フッキー先生の元気になる英会話!

日時：10月9日～平成30年3月12日 月曜日 全21回 13:00～14:00

場所：2階洋室

講師：藤原冬子氏（右の写真）

定員：20名（抽選）※中学生レベルの英語を理解している方

持ち物：筆記用具、眼鏡（必要な方）

テキスト代：毎月514円（NHK出版 おとなの基礎英語）

※テキストは毎月（10月号から）ご自身でご用意ください

申込：8月25日（金）～9月24日（木）までにご本人様がお電話または事務所受付にて

※9月25日（金）に抽選結果を館内掲示いたします



無料

豊岡フラダンス教室

日時：10月1日～平成30年3月25日 毎週日曜日 10:00～11:00

場所：1階敬老室

講師：上谷芳子氏

定員：14名（抽選）

持ち物：飲み物、タオル、当日は動きやすい服装でお越しください

申込：8月25日（金）～9月23日（土）までにご本人様が電話または事務所受付にて

※9月24日（日）に抽選結果を館内掲示いたします

無料

声で表現する世界! 楽しい朗読講座

声に出して読むことは口腔の健康につながり、表現力も磨かれます

日時：10月5日、11月2日・16日、12月7日・14日、平成30年1月11日、
2月8日・22日、3月8日・22日 木曜日 全10回 14:00～15:30

場所：1階ふれあいルーム

講師：阿部義高氏（朗読赤十字奉仕団）

定員：12名（抽選）

持ち物：筆記用具、眼鏡（必要な方）

申込：8月25日（金）～9月20日（水）までにご本人様が電話または事務所受付にて

※9月21日（木）に抽選結果を館内掲示いたします

無料

豊岡川柳クラブ

日時：10月～平成30年3月 毎月第2木曜日 17:00～18:00

場所：1階ふれあいルーム

定員：15名（抽選）

持ち物：筆記用具、必要であれば眼鏡

申込：8月25日（金）～9月21日（木）までにご本人様がお電話または事務所受付にて

※9月22日（金）に抽選結果を館内掲示いたします

