

カラオケサロン
今月の課題曲は
真木柚布子「砂の城」

10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
児:3階第1クラブ室

平成29年9月25日発行
No.395

港区立豊岡いきいきプラザ

豊岡だより 10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

「はり・マッサージサービス」実施に伴い、
10月24日(火)は朝の体操、輪投げサロン、教養娯楽室はお休みです
10月25日(水)は朝の体操、浴室利用、教養娯楽室はお休みです

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ☁	3	4 ☁	5	6 ☁	7
敬:フラダンス 10:00~11:00	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: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 洋:生け花教室 14:00~16:00 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	敬:麻雀教室 10:00~13:00
8	9 ☁	10	11 ☁	12	13 ☁	14
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	敬:Happy English 13:00~14:00	輪投げサロン お休みです ふ:会食サービス 11:45~12:30	ほのぼの作品展 10:00~16:00 作品展	ほのぼの作品展 10:00~16:00 作品展	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 敬:絵手紙講座 13:30~15:30 ふ:ウクレレ サロン 14:00~16:00
15	16 ☁	17	18 ☁	19	20 ☁	21
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	敬:ポイトレ 10:30~12:00 和:手芸教室 13:00~15:00 洋:プリザーブド フラワー 14:00~16:00	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	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:麻雀教室 10:00~13:00 敬:絵手紙講座 13:30~15:30
22	23 ☁	24	25	26	27 ☁	28
敬:フラダンス 10:00~11:00	敬:Happy English 13:00~14:00 敬:リフレッシュヨガ 13:30~14:30	はり・マッサージ 10:00~15:00 輪投げサロン お休みです ふ:会食サービス 11:45~12:30	はり・マッサージ 10:00~15:00 お風呂は お休みです	敬: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	とよおか カーニバル 13:30~16:00
29	30 ☁	31	隔月開催! 次回のみなきてカフェは、 11月15日(水) 13:30~16:00です お楽しみに!!			
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 児:みんな でわくわくクッキング 15:30~17:00				

文化庁芸術祭大衆芸能部門『優秀賞』受賞

無料

南水ひとり語り

樋口一葉作 十三夜
語り 熊澤南水

第一部講演 現在(いま)を輝いて
第二部語り 十三夜



人々にひろく愛されている文学作品を熊澤南水氏がたった一人で語る
舞台芸術! わずかな身振り手振り、表情の変化を駆使して伝える感動
の世界をお見逃しなく!

日時: 11月9日 木曜日 14:00~16:00
場所: 1階敬老室
対象: 60歳以上の港区民
定員: 36名(抽選)
申込: 9月25日(月)~10月25日(水)までにご本人様がお電話または事務所受付にて
※11月1日(水)に抽選結果を館内掲示いたします

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。

無料 おりがみひろば～おりがみでお月見会～

月とお団子を折って、みんなでお月見しませんか♪
 日時：10月29日 日曜日 13:30～15:00
 場所：1階敬老室
 申込：当日参加ご希望の方はお電話または事務所受付にて
 持ち物：白色、黄土色（もしくは茶色）、黄色の折り紙数枚



今月の豊岡ロードショー

無料 10月20日（金）17:00～19:00
 『エデンの東』 主演：ジェームス・ディーン



はり・マッサージサービス



先着順でご希望の時間を受け付けております。お早めどうぞ！

日時：10月24日（火）、25日（水）の2日間 10:00～15:00
 対象：65才以上の港区民
 場所：1階敬老室
 定員：60名（先着順）
 費用：1000円（当日支払）
 申込：申込中～9月30日（土）17:00までに、ご本人がお電話または事務所受付まで



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

とよおかカーニバル

児童館と合同で行っている1年に1度のイベント！
 輪投げ・おりがみ・喫茶店（白玉ぜんざい）など出店予定です★

10月28日 土曜日 13:30～16:00

会場：豊岡児童館・豊岡いきいきプラザ
 対象：港区民の方
 持ち物：マイバック・マイ箸・マイコップ、チケット（前日までにお買い求め下さい）



Ticket Ticket

【チケットに関して】

- ・おとな券（19歳以上の地域の方）150円
- ・9月25日（月）10:00～10月27日（金）18:00までに、いきいきプラザ事務所にて必ずご本人様がお買い求めください
- ・お1人様1枚までのご購入とさせていただきます
- ・当日券はございませんので、必ず10月27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（日曜・祝日・当日を除く）にてチケットをお買い求めください



無料

ほのぼのの作品展

北京市朝陽区高齢者書画交流展も同時開催！
 書道や手工芸品・2階洋室にて展示いたします。教室や講座で、または自宅などで作られた作品を出品しませんか♪

10月11日 水曜日、12日 木曜日 10:00～16:00

場所：1階敬老室、2階洋室

対象：概ね60歳以上の区民の方
 申込：不要

☆作品募集中☆10月6日（金）まで
 手芸、絵画、詩歌、写真、おりがみ、書道など
 趣味を生かしたものを事務所にお持ち下さい



☆いきプラ体操☆

毎朝9時15分～9時45分

ストレッチや簡単な筋トレをして1日元気に！



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♪

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	10:00～17:00	カラオケサロン	毎週金曜日	13:15～15:30
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