

6月の予定

日	月	火	水	木	金	土
		申し込み可（空きあり）		1	2	3
		申し込み不要 （当日参加できます） 申し込み不可（空きなし）		若竹会 (13:30～16:00)	囲碁サロン (13:30～16:30) ビリヤード (14:30～17:00)	尺八教室 (9:00～12:00) (13:00～17:00) おりがみ サロン (10:20～11:30)
4	5	6	7	8	9	10
スポーツ吹矢 (10:00～11:45)	塗り絵サロン (10:00～11:30) 会食サービス (11:40～13:00) ビリヤード (17:00～19:30)	テーブルゲーム (10:00～11:30) 英語で脳トレ (10:30～11:30) 明寿会 (13:30～16:00)	中国語講座 (14:00～15:30)	若竹会 (13:30～16:00)	手芸教室 (13:00～15:00) 囲碁サロン (13:30～16:30) ビリヤード (14:30～17:00)	尺八教室 (9:00～12:00) (13:00～17:00) レッツ えくささいず (10:30～11:30)
11	12	13	14	15	16	17
スポーツ吹矢 (10:00～11:45)	会食サービス (11:40～13:00) さわやか体操 (12:45～14:00) 笑って体力 (17:30～19:00)	英語で脳トレ (10:30～11:30) 明寿会 (13:30～16:00) 相続と財産管理 (14:00～15:30)	からおけ教室 (13:30～15:30)	若竹会 (13:30～16:00)	囲碁サロン (13:30～16:30) レディースサロン (14:00～16:00) ビリヤード (14:30～17:00)	尺八教室 (9:00～12:00) (13:00～17:00) おりがみ サロン (10:20～11:30)
18	19	20	21	22	23	24
スポーツ吹矢 (10:00～11:45)	塗り絵サロン (10:00～11:30) 会食サービス (11:40～13:00) ビリヤード (17:00～19:30)	テーブルゲーム (10:00～11:30) 和の輪 (11:30～13:45) 明寿会 (13:30～16:00)	からおけサロン (13:30～15:30) 中国語講座 (14:00～15:30)	回想語り (10:30～11:30) 若竹会 (13:30～16:00)	手芸教室 (13:00～15:00) 囲碁サロン (13:30～16:30) ビリヤード (14:30～17:00)	レッツ えくささいず (10:30～11:30)
25	26	27	28	29	30	
スポーツ吹矢 (10:00～11:45)	会食サービス (11:40～13:00) さわやか体操 (12:45～14:00) 笑って体力 (17:30～19:00)	明寿会 (13:30～16:00) 歌声カフェサロン (14:00～16:00)	からおけ教室 (13:30～15:30)	若竹会 (13:30～16:00) 尺八教室 (18:30～21:30)	囲碁サロン (13:30～16:30) ビリヤード (14:30～17:00)	

平成29年5月25日発行

港区立高輪いきいきプラザ

高輪だより 6月号

“おいしく”学ぶフィジーの文化 ～セミナー&お茶会～

無料

プレアナウンス！

“おいしく”学ぶフィジーの文化 ～セミナー&お茶会～

日時：7月6日（木）

午前10時～12時

場所：1階 洋室

対象：60歳以上の港区民

定員：20名（抽選）

申込期間：6月21日（水）から6月28日（水）

申込：ご本人が電話もしくは3階事務所まで

当選者の発表は、6月29日（木）3F事務所前にて掲示の上、電話にてお知らせ致します。



弁護士による相続と財産管理の基礎知識

無料

専門の弁護士から相続、財産の管理、成年後見制度、任意後見制度について
具体例を挙げながら解説して頂けます。

日時：6月13日（火）

午後2時～3時30分（午後3時45分～4時55分）

場所：1階 洋室

対象：60歳以上の港区民の方

定員：20名（抽選）

講師：千田賢氏

申込期間：5月25日（木）から6月5日（月）

申込：ご本人が電話もしくは3階事務所まで

当選者の発表は、6月7日（水）3階事務所前にて掲示の上、電話にてお知らせ致します。

個別相談：午後3時45分から1人20分間。抽選で3名のみ。



講座・イベント紹介

高輪いきいきプラザは、60歳以上の港区民の方なら、どなたでもご利用できます。
初めての方は利用登録が必要です。
住所・氏名・年齢を確認できる保険証等および緊急連絡先のメモをご持参ください。

回想語り

無料

毎回テーマを決め、思い思いにご自分の体験をお話してみませんか。

第一回目のテーマは、『懐かしい味、ふるさとの味覚』です。

日時：6月22日、7月13日、8月10日、9月21日、10月19日、11月9日（すべて木曜日）
午前10時30分～11時30分

場所：1階 洋室

対象：60歳以上の港区民の方

定員：10名（抽選）

申込期間：6月2日（金）～6月13日（火）

申込：ご本人が電話もしくは3階事務所まで

当選者の発表は、6月14日（水）3F事務所前にて掲示の上、
電話にてお知らせ致します。



Rハ教室

無料

住民主体型サービス for you B ティ「和の輪」

日時：●6月3日（土） 午前9時～午後12時
午後1時～5時
●6月10日（土） 午前9時～午後12時
午後1時～5時
●6月17日（土） 午前9時～午後12時
午後1時～5時
●6月29日（木） 午後6時30分～9時30分

★上記の時間内の30分間レッスン

場所：1階 洋室

対象：港区在住の方（小学5年生以上）

申込：ご本人が電話もしくは3階事務所まで



日時：6月20日（火）
【ランチ】（軽食サービス）
午前11時30分～午後12時30分
参加費：200円
【朗読】
午後1時～1時45分
場所：1階 洋室
対象：60歳以上の港区民の方
定員：20名

※ランチと朗読の両方にご参加できる方。
午前11時20分より、1階インフォメーションにて
先着順で受け付けます。

テーブルゲーム

無料

日時：第1・3火曜日
午前10時～11時30分
場所：3階 敬老室
対象：60歳以上の港区民の方
申込：不要 ご自由にご参加ください



英語で脳トレ

無料

日時：6月6日、13日、7月4日、18日
9月5日、19日、10月3日、31日
11月7日、14日、12月5日、19日
（すべて火曜日）
午前10時30分～11時30分

場所：1階 洋室

対象：60歳以上の港区民の方 定員：12名（抽選）

申込期間：5月21日（日）～5月31日（水）

申込：ご本人が電話もしくは3階事務所まで。

当選者の発表は、6月1日（木）3F事務所前にて掲示の上、
電話にてお知らせ致します。

レッツえくささいず

ストレッチをしながら、内臓のコンディションを整え
ましょう！

日時：第2・4土曜日 5月27日（土）～9月23日（土）
午前10時30分～11時30分

場所：地下1階 トレーニングルーム1

対象：60歳以上の港区民の方 若干名追加募集

参加費：1ヵ月 1,000円

申込：ご本人が電話もしくは3階事務所まで

随時～定員に達するまで

無料体験：1回のみ 事務所までお問い合わせください。

塗り絵サロン

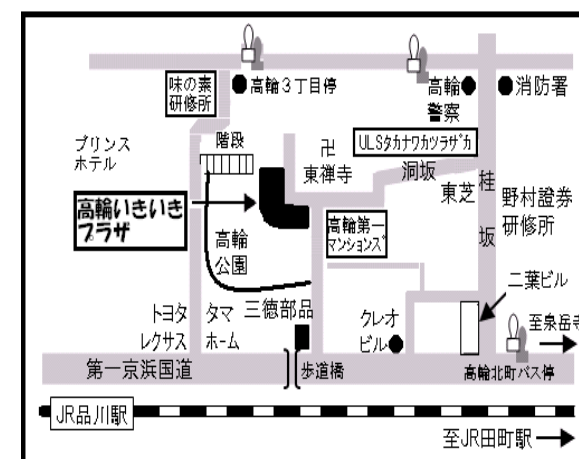
無料

日時：第1・3月曜日
午前10時～11時30分
場所：3階 敬老室
対象：60歳以上の港区民の方
申込：不要 ご自由にご参加ください



交通のご案内

●JR品川駅(高輪口)から徒歩10分
都営地下鉄泉岳寺(A2出口)から徒歩15分
都営・ちいバス高輪警察署または高輪3丁目下車
高輪北町(都営バスのみ)下車徒歩10分
●当館に専用の駐車場・駐輪場はございません
ので、公共交通機関をご利用ください。
〒108-0074
港区高輪3丁目18番15号
Tel:03-3449-1643
Fax:03-3449-0783
e-mail: ikiiki-takanawa@foryou.or.jp



※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。ご本人が電話または事務所受付にてお申し込みください。
※毎朝9時15分から30分間、いきプラ体操を行っています。申し込み不要。