

かめぷらりん

【お問い合わせ・お申し込み】

亀田交流プラザ 高齢者コーナー

函館市美原1丁目26-12

直通電話 0138-86-6827

ホームページ <https://kamepula.jp/>



▼4月ラージボール卓球無料開放日程(場所:交流集会室)

4月の利用時間は9:00~16:00までです。

○の付いた日にご利用頂けます。

月	火	水	木	金	土	日
				①	2	③
4	⑤	⑥	7	8	9	⑩
11	⑫	⑬	14	15	16	休館日
18	⑰	20	⑳	22	23	㉔
㉕	26	㉗	28	㉙	30	



ルールを守って
怪我無く楽しく
プレイしましょう。



※ご利用についてのルール等は、高齢者コーナーまで、お問い合わせ下さい。

将棋月例会

毎月第三水曜日
交流集会室で将棋の
対戦を行います。
第一回目は4/20(水)
12:00からです。
2階受付まで
お問い合わせ
下さい。



▼4月のお申し込み

★『エルダークラブ』~大型画面を見ながら、ゆったり体操!

4/14(木)①9:30~10:30 ②11:00~12:00

4/22(金)③9:30~10:30 ④11:00~12:00

日程の中から1日お選び下さい。

事前申込は4/2(土)9:00より(17:00まで)各定員18名(申込順)

★『春の押し花ハガキ作り』~春らしいお花で葉書を作ってみませんか?

4/15(金)10:30~11:30

事前申込は4/3(日)9:00より(17:00まで)各定員8名(申込順)

『ちよっくら体操』

4/9(土)交流集会室

大型画面を見ながら、ゆったりめの
体操を行います。自由参加です。

10:00~15:00の間の20分程度で
お時間内いつでも参加できます。

ぜひ運動不足解消に、お散歩の途中
に、お気軽にお越し下さいませ(^-^)/
お問い合わせは高齢者コーナーまで。

※混んでいる場合は、お待ち頂く
場合があります。ご了承をお願いします。

『写経の時間』

4/16(土)交流集会室

9:00~16:00

心を無にして写経をする
時間です。脳トレにも
良いです。筆ペン等
書くものをご持参下さい。

(講師はおりません)

時間内出入自由

▼保健室のお知らせ

ご利用時間は4月より変更になりま
す。月~金曜日9:30~16:30
(最終受付は16:00)

臨時休室 4/11(月)

振替開室 4/10(日)

日程は変更になる場合が
ありますので、お問い合わせ下さい。

血圧測定、握力測定、相談等、
お気軽にご利用下さい。

お待ちしております。



●亀田交流プラザ 2階高齢者コーナーは函館市在住の60歳以上の方が登録後無料でご利用頂けます。
ご登録は、2階受付にて申請書のご記入、緊急連絡先、健康保険証等の身分証明書が必要です。

令和4年 4月日程

都合により、予定が変更になる場合がございます。

日	曜	こころレクリエーション・行事	交流集会室の無料開放	講座・教室(年間)
1	金		●ラージボール卓球	
2	土	エルダークラブ申し込み開始	◇壁面鏡	健康体操講座
3	日	4/15「春の押し花ハガキ作り」申込開始	●ラージボール卓球	
4	月		講 座	書道講座 花文字講座
5	火		●ラージボール卓球	
6	水		●ラージボール卓球	
7	木		講 座	ミュージック クバル 手芸講座
8	金		講 座	ラージボール卓球講座A
9	土	ちよっくら体操10:00~15:00の間の20分程度 自由参加	ちよっくら体操	
10	日		●ラージボール卓球	
11	月		◇壁面鏡(午後)	ヨガ講座 レクダンス 教室
12	火		●ラージボール卓球	
13	水		●ラージボール卓球	
14	木	エルダークラブ①9:30~10:30 ②11:00~12:00	◇壁面鏡	輪踊り教室
15	金	春の押し花ハガキ作り10:30~11:30	◇壁面鏡(午後)	
16	土	写経の時間9:00~16:00	写経の時間	
17	日	機 材 点 検 の た め 休 館 日		
18	月		講 座	手芸講座補足日
19	火		●ラージボール卓球	
20	水	将棋月例会12:00~17:00	将棋月例会	
21	木		●ラージボール卓球	
22	金	エルダークラブ③9:30~10:30 ④11:00~12:00	講 座	ラージボール卓球講座B
23	土		児童コーナー事業	
24	日		●ラージボール卓球	
25	月		●ラージボール卓球	
26	火		◇壁面鏡	囲碁教室
27	水		●ラージボール卓球	
28	木		◇壁面鏡	輪踊り教室
29	金		●ラージボール卓球	
30	土		◇壁面鏡	

◎交流集会室ラージボール卓球・壁面鏡の無料開放時間は9:00~16:00、

(午前)のみは9:00~12:00まで、(午後)のみは13:00~16:00までです。

◎交流活動室1・2では囲碁・将棋、交流活動室4(定員4名様)ではバンパープール、
交流活動室5ではスカットボールをご利用頂けます。

交流活動室3は和室(定員4名様)になっております。休憩や読書などご利用頂けます。

◎交流スペースでは、通常ご休憩や読書等でご利用頂けます。(講座等の開催もあります。)

◎軽運動室は新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、使用禁止となっております。

※共有の場ですので、大声や他の方に迷惑のかかるような行為はお控え下さるようご協力お願い致します。