

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/>

▼8月ラージボール卓球無料開放日程(場所:交流集会室)

8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。

◎水分補給を忘れずに



月	火	水	木	金	土	日
1	②	③	4	⑤	6	⑦
8	⑨	⑩	⑪	12	13	⑭
15	⑯	17	18	19	20	休館日
⑳	23	㉔	㉕	26	27	㉘
㉙	㉚	31	※ご利用については、高齢者コーナーまでお問い合わせください。			



◎怪我無く楽しくプレイしましょう。

◎プレイ時間は多少の誤差が生じる場合があります。ご了承ください。



▼8月のお申し込み・・・2階受付又は、お電話でお申し込み下さい。お電話は混み合うことがあります。大変申し訳ございませんが、ご了承お願いいたします。

★『エルダークラブ』～大型画面を見ながら、ゆったり体操！

8/18(木)①9:30~10:30②11:00~12:00

8/26(金)③9:30~10:30④11:00~12:00

事前申込は8/3(水)9:00より(17:00まで)各定員18名(申込順)

エルダークラブは日程の中から1日お選びください。



★『フラヨガストレッチ』体験講座～フラとヨガの動きを取り入れた有酸素運動！(講師:川上 ミチノ)

8/27(土)14:00~15:00事前申込は8/12(金)9:00より(17:00まで)定員15名(申込順)

★『みんなで脳活♪』～当プラザ保健師による座学と、みんなで行う脳トレ講座！(講師:齋藤 恵)

8/19(金)10:00~11:00事前申込は8/8(月)9:00より(17:00まで)定員8名(申込順)

★『感謝の日』～日頃ご利用のご登録者様へ感謝を込めて！ちょっとしたミニ射的、宝引きで、ささやかなですが景品が当たります。簡単にすぐできるものです。お一人ずつ行って頂きます。お散歩がてらにプラッと寄ってみませんか？

9/19((月)~21日(水)9:30~16:00【個別のご参加です】

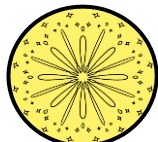
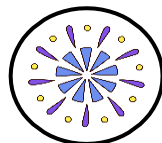
事前申込は8/20(土)9:00より(17:00まで)定員各日50名(申込順)

「まんだらぬり絵の花火大会」 8/1(月)~31(水)

自由参加

児童コーナーとの共同企画！まんだらぬり絵を塗って大きな花火大会の絵をみんなで完成させよう！交流スペースでゆっくり塗ってみませんか？

まんだらぬり絵にご興味のある方は、ぜひスタッフにお声がけください。



まんだらぬり絵の例

●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 8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	月	「まんだらぬり絵の花火大会」8/1～31	講 座	書道講座 花文字講座
2	火		●ラージボール卓球	
3	水	8/18、26エルダークラブ申し込み開始	●ラージボール卓球	
4	木	カポさんと奏でよう「ミュージックベル」10:30～11:30	講 座	手芸講座 輪踊り教室
5	金		●ラージボール卓球	
6	土		◇壁面鏡	健康体操講座
7	日		●ラージボール卓球	
8	月	8/19みんなで脳活申し込み開始	◇壁面鏡(午後13:00～16:00)	ヨガ講座 レクダンス教室
9	火		●ラージボール卓球	
10	水		●ラージボール卓球	
11	木		●ラージボール卓球	
12	金	8/27フラヨガストレッチ体験講座申し込み開始	講 座	ラージボール卓球講座A
13	土		ちよっくら体操10:00～15:00	
14	日		●ラージボール卓球	
15	月		講 座	手芸講座補足日
16	火		●ラージボール卓球	
17	水		将棋月例会11:50～17:00	
18	木	エルダークラブ①9:30～10:30 ②11:00～12:00	◇壁面鏡	輪踊り教室
19	金	みんなで脳活10:00～11:00	◇壁面鏡(午後13:00～16:00)	
20	土	9/19、20、21「感謝の日」申し込み開始	写経の日9:00～16:00	
21	日	機 材 点 検 の た め 休 館 日		
22	月		●ラージボール卓球	
23	火		◇壁面鏡	囲碁教室
24	水		●ラージボール卓球	
25	木		●ラージボール卓球	
26	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
27	土	フラヨガストレッチ体操14:00～15:00	事 業	
28	日		●ラージボール卓球	
29	月		●ラージボール卓球	
30	火		●ラージボール卓球	
31	水		◇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します。