

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/>



▼2月ラージボール卓球無料開放日程(場所:交流集会室)

※2月の利用時間は9:30~16:30です。

※○の付いた日に、ご利用頂けます。

※9:30開始の方が多数の場合は、9:25に順番のくじ引きを行います。



●プレー時間は多少の誤差が生じる場合があります。

30分交代ですが、タイマーは25分間で設置を、お願い致します。残り5分間は移動、準備で、お願い致します。

●怪我無く楽しく仲良くプレーしましょう。

●安全な運動靴を、お履きください。



◎忘れず水分補給を



日	月	火	水	木	金	土
			①	2	③	4
⑤	6	⑦	⑧	9	10	11
⑫	13	⑭	15	16	⑰	18
休館日	20	⑳	㉑	23	24	25
26	㉗	㉘	※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。			

▼2月「みんなで脳活」「心と体の脳トレ体操」のお申し込み

★『みんなで脳活♪』~当プラザ保健師による座学 みんなで楽しく脳トレ講座！(講師:齋藤 恵)
2/20(月)10:30~11:30定員10名

★『心と体の脳トレ体操』~シナプソロジーを基にした、心も軽やか笑顔になれる、椅子中心の脳トレ体操の体験講座(講師:佐東 志津子)
2/25(土)14:00~15:00 定員15名

●お申し込み方法:各お申し込み期間は、2月5日(日)~11日(土)までです。

2階高齢者コーナー受付にて、お申し込み手続きをお願い致します。

お申し込み多数の場合は抽選となります。2月13日(月)に2階掲示板、ホームページにて、結果発表を利用券の番号で掲載致します。

お問い合わせ:2階高齢者コーナー直通 ☎ 86-6827



ラウンドラージボール卓球

2/9(木) ①10:00~12:00 ②13:00~15:00

お一人でも参加できます。①または、②の時間に集合ください。講師はおりません。自由参加です。

順番に3分間程対戦し交代を繰り返します。

ラケット、ボール、タイマーは貸し出しています。

参加者が集まらない場合は中止になる場合があります。

また、参加者が多い場合は、お待ちいただく場合があります。

ご了承をお願いいたします。詳細は2階受付まで！

持ち物:マスク着用、水分補給用の飲み物、タオル、運動靴

皆で仲良く、
楽しくが
モットーです♪

2階 交流スペース ご利用案内

ご利用時間:9時~17時

2階交流スペースでは、高齢者コーナーにご登録の方が、ゆっくりご休憩やお食事等ができるように椅子と机を配置しています。

1階で貸し出し手続きされた本をご持参されて読書もできます。囲碁、将棋、バンパープール、スカットボール、大人のぬり絵もご用意しています。ぜひご利用お待ちしております♪

※講座等を開催している場合は、ご利用できない時間帯があります。ご了承お願い致します。

◎来年度4月からの教養講座のお申し込みは3月1日からの予定です。詳細は2月後半に2階掲示板、ホームページに掲載予定です。

●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5年 2月日程

都合により、予定が変更・追加になる場合がございます。ご了承お願いいたします。

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	水	節分イベント「マジック笑&ビンゴ大会」	●ラージボール卓球	
2	木	↓	講 座	手芸講座
3	金		●ラージボール卓球	
4	土		◇壁面鏡9:00~16:30	健康体操講座
5	日	みんなで脳活、心と体の脳トレ体操申込開始	●ラージボール卓球	
6	月		講 座	書道講座 花文字講座
7	火	<div style="border: 2px solid red; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> <p style="text-align: center; margin: 0;">自由参加</p> <p style="text-align: center; margin: 0;">①または②の時間 お集まりください 両方・途中参加可</p> </div>	●ラージボール卓球	
8	水		●ラージボール卓球	
9	木		ラウンドラージボール卓球 ①10:00~12:00 ②13:00~15:00	
10	金		講 座	ラージボール卓球講座A
11	土	みんなで脳活、心と体の脳トレ体操体操申込締切	ちよっくら体操10:00~15:00	自由参加
12	日		●ラージボール卓球	
13	月	みんなで脳活、心と体の脳トレ体操当選者発表	講 座	ヨガ講座 書道講座 レクダンス講座
14	火		●ラージボール卓球	
15	水		将棋月例会11:50~17:00	王将
16	木	エルダークラブ①9:30~10:30 ②11:00~12:00	◇壁面鏡9:00~16:30	
17	金		●ラージボール卓球	
18	土		写経の日9:00~16:00	自由参加
19	日	休 館 日		
20	月	みんなで脳活10:30~11:30	講 座	手芸講座補足日
21	火		●ラージボール卓球	
22	水		●ラージボール卓球	
23	木	カポさんと奏でよう「ミュージックベル」10:30~11:30	◇壁面鏡9:00~16:30	
24	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
25	土	心と体の脳トレ体操14:00~15:00	事 業	
26	日	エルダークラブ⑤10:30~11:30	◇壁面鏡9:00~16:30	
27	月		●ラージボール卓球	
28	火		●ラージボール卓球	囲碁教室

※エルダークラブ⑤・・・お申し込みが多数だった為、熟慮させて頂いた結果、日程を追加。

◎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(和室定員4名様)は休憩、読書等ご利用いただけます。

◎交流スペースでは、通常ご休憩や読書等ご利用頂けます。(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。