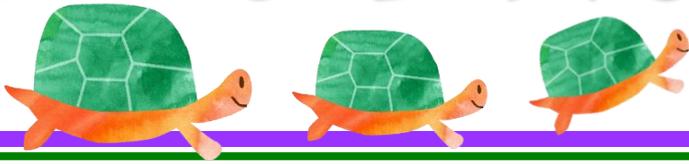


## かめぷらりん



【お問い合わせ】

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/>



### ▼6月 ラージボール卓球無料開放日程(場所:交流集会室)・みんなで卓球日程(場所:交流スペース)

※○のついた日は、30分(タイマー設定25分)交替のラージボール卓球無料開放の日程です。

※「みんなで卓球」の時間:①9:30~12:00 ②13:00~16:00 (講師はおりません。)

お一人でも参加でき、皆さんで仲良く気軽に楽しんでいただく事を目的にしております。

3分交替で対戦します。お相手のレベルに合わせて、対戦をお願いいたします。

参加の方同士でタイマーを計ってください。お互いに組替え等相談してください。対戦前に怪我予防の為、ラジオ体操を行っていただきます。人数が集まらない時は、中止になる場合があります。

日	月	火	水	木	金	土
				1	②	3
4 みんなで卓球 ① ②	5	6	⑦	⑧	9 みんなで卓球 ①	10
11 みんなで卓球 ① ②	12	⑬	⑭	15	16 みんなで卓球 ①	17
休館日	19	20	21	⑳	23	㉔
25	26	㉗	28 みんなで卓球 ①	㉙	30 みんなで卓球 ①	

### 【持ち物など】

- ・運動靴
- ・タオル
- ・水分補給用の飲み物
- ・動きやすい服装でお越しください。



※ご利用についての詳細は、高齢者コーナーまでお問い合わせください。

### ▼6月のお申し込み

★『ビニール袋 収納かご作り』~クラフトバンドを使って、楽しいかご作り♪(講師:小倉 幸子)

日程:6/24(土)14:00~16:00 場所:大会議室2 定員:12名

※お申し込み・・・控えをお渡します。2階受付にてお申し込みください。

お申し込み期間は、6/2(金)~6/7(水)まで。(応募多数の場合は、抽選いたします。)

当選者の発表は6/10(土)、ホームページまたは、2階受付前に登録番号で掲載いたします。

### 『脳トレチャレンジ』

4月から始めました「脳トレチャレンジ」!

月に1回ご自分の好きな日に、3種類の脳トレ問題を交流スペースで、チャレンジしていただきます。

結果は関係なく、チャレンジすることが大切!

12ヶ月間終了された方は、ステップアップ

問題にチャレンジできます♪

ご希望の方は受付までお越しください。



### 『令和5年 合同囲碁・将棋大会』

#### 参加者募集!

●日程:6/27(火)9:00~12:30  
(少し早めにお集まりください。)

●場所:湯川老人福祉センター

●締切:6/3(土)まで。

普段対戦されない方々と、一戦を交えてみませんか?

詳細は、2階高齢者コーナー受付まで。

●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いただけます。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6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。  
ご了承ください。

日	曜	こころレクリエーション・行事	自由参加	無料開放	講座・教室(年間)
1	木	カボさんと奏でよう「ミュージックベル」10:30~11:30	自由参加	講座	手芸講座
2	金	6/24(土)「ビニール袋 収納かご作り」申込開始		●ラージボール卓球 9:30~16:30	
3	土	合同囲碁・将棋大会申込締切		ちよつくら体操 10:00~15:00	
4	日	みんなで卓球(交流スペース 自由参加) ① 9:30~12:00 ②13:00~16:00		ラジオ体操 9:30~16:00	
5	月		自由参加 出入自由	講座	書道講座 パステルアート講座
6	火		どなたでも時間内ラジオ体操ができます。	講座	ラージボール卓球講座A
7	水	6/24(土)「ビニール袋 収納かご作り」申込締切		●ラージボール卓球 9:30~16:30	
8	木			●ラージボール卓球 9:30~16:30	輪踊り教室
9	金	みんなで卓球(交流スペース 自由参加) ① 9:30~12:00		ラジオ体操 9:30~12:00 ◇壁面鏡(午後13:00~16:30)	
10	土	6/24(土)「ビニール袋 収納かご作り」当選者発表		◇壁面鏡(9:00~16:30)	健康体操講座
11	日	みんなで卓球(交流スペース 自由参加) ① 9:30~12:00 ②13:00~16:00		ラジオ体操 9:30~16:00	
12	月			◇壁面鏡(午後13:00~16:30)	ヨガ講座 レクダンス教室
13	火			●ラージボール卓球 9:30~16:30	
14	水			●ラージボール卓球 9:30~16:30	
15	木	エルダークラブ①9:30~10:30 ②11:00~12:00		◇壁面鏡(9:00~16:30)	
16	金	みんなで卓球(交流スペース 自由参加) ① 9:30~12:00		ラジオ体操 9:30~12:00 ◇壁面鏡(午後13:00~16:30)	
17	土		自由参加 出入自由	書写の日 9:00~16:00	
18	日		講師はおりません	休館日	
19	月	防音のお部屋で、静かな環境		講座	手芸講座補足日
20	火	のご提供。小説や百人一首、		講座	ラージボール卓球講座B
21	水	写経、名言などの書写、なぞり		将棋月例会 11:50~17:00	王将
22	木	書き等の用紙をご用意しています。		●ラージボール卓球 9:30~16:30	輪踊り教室
23	金	エルダークラブ③9:30~10:30 ④11:00~12:00		◇壁面鏡(9:00~16:30)	
24	土	「ビニール袋 収納かご作り」14:00~16:00		●ラージボール卓球 9:30~16:30	
25	日	エルダークラブ⑤10:30~11:30 ⑥14:00~15:00		交流集会室 休憩可 9:00~16:30	交流スペース使用の為、 交流集会室で休憩や食事、 読書等、ご利用できます
26	月			みんなで脳活10:30~11:30	
27	火	合同囲碁・将棋大会(湯川老人福祉センター)		●ラージボール卓球 9:30~16:30	囲碁教室
28	水	みんなで卓球(交流スペース 自由参加) ① 9:30~12:00		ラジオ体操 9:30~12:00 ◇壁面鏡(午後13:00~16:30)	
29	木			●ラージボール卓球 9:30~16:30	
30	金	みんなで卓球(交流スペース 自由参加) ① 9:30~12:00		ラジオ体操 9:30~12:00 ◇壁面鏡(午後13:00~16:30)	

◎交流活動室1・2では囲碁・将棋、交流活動室3(和室)はご休憩、食事等、交流活動室4ではバンパープール、交流活動室5ではスカットボール、交流集会室では日程別に、教養講座等を開催しています。

◎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。(講座等を開催している時間帯もあります。)

◎軽運動室は、ストレッチマット、フィットネスバイク、ランニングマシンがご利用頂けます。(順番に譲り合ってください。)

※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、お控えくださるようご協力お願いします。