

8月のはあとサロン

対 象 一番町／アキバ＝区内在住者、三崎町／和泉＝60歳以上の区内在住者（いずれも申込順）
申込方法 前日までに電話またはファクス（3面記入例参照）で
一番町は番町分室（☎03-6272-4357／FAX03-6272-4358）、
三崎町は社会福祉協議会（☎03-3265-1901／FAX03-3265-1902）、
アキバ／和泉はアキバ分室（☎03-6285-2860／FAX03-6285-2861）へ



気軽に立ち寄れる交流スペース。今月のおすすめを紹介します。※申し込みは7月27日（月）午前9時から受け付け

会場	とき	内容	定員	費用
一番町みんなのサロン（一番町12）	28日（金） 午後1時30分～3時30分	「アクリルたわし製作」 アクリル毛糸を使ってたわしを作る	10名	200円
三崎町はあとサロン（神田三崎町3-1-17）	6日（木） 午後1時30分～2時30分	「二胡の演奏に合わせて歌おう」 中国民族楽器の二胡を使用	8名	無料
アキバみんなのサロン（外神田1-1-13）	19日（水） 午後1時～2時	「健康相談と血圧測定」 日頃気になっている体調を相談	なし	無料
和泉はあとサロン（神田和泉町1-5-10）	6日（木） 午後1時30分～2時30分	「ひんやり楽しむなつかし話」 夏の思い出を語る	10名	無料

※各サロンは週2日～3日開室。このほかにもいろいろなプログラムあり

8月のはあとカフェ

事前申込不要で、認知症の情報共有や交流ができるカフェ。専門スタッフとの個別相談もあり
対 象 認知症に関心がある方

会場・問合せ	とき	内容
いきいきはあとカフェ （一番町12番地いきいきプラザ一番町1階） 高齢者あんしんセンター麹町☎03-3265-6141	13日（木）午後2時～3時30分 （開場午後1時30分）	アンサンブルポコポコのおしゃべりカフェ 演奏／アンサンブルポコポコ
いきいきはあとカフェ （一番町12番地いきいきプラザ一番町1階） 高齢者あんしんセンター麹町☎03-3265-6141	22日（土）午後2時～3時30分 （開場午後1時30分）	感じるままにアートを鑑賞！～アートに触れて感じたことを参加者でおしゃべりしながら共有しよう～ 講師／高橋由美子氏
神田はあとカフェ （神田淡路町2-8-1かんだ連雀1階） 高齢者あんしんセンター神田☎03-5297-2255	8日（土）午後2時～4時	「回想法のすゝめ」 ～夏が来れば思い出す♪昔を懐かしみながらほっと一息～
神田はあとカフェ （岩本町2-15-3 ほほえみプラザ1階多目的ホール） 高齢者あんしんセンター神田☎03-5297-2255	25日（火）午前10時～11時45分	

8月のシルバートレーニングスタジオ

登録者は登録会場で毎週1回の参加できます。
定員に達している会場もあるため、新規登録希望者は必ずお問い合わせください。
対 象 会場まで1人で来ることができ、自立して体操に参加できる65歳以上の区内在住者
問合せ 社会福祉協議会高齢者活動センター☎03-3265-1161

会場	曜日	とき
万世橋区民館	月 ^{※1}	3日・17日・24日・31日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
	金	7日・21日・28日 午前10時30分～11時30分
富士見区民館	月 ^{※1}	3日・17日・24日・31日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
ザ番町ハウス	月	3日・17日・24日・31日 午前10時30分～11時30分
麹町区民館	火 ^{※1}	4日・18日・25日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
ちよだパークサイドプラザ	火	4日・18日・25日 午後1時30分～2時30分
かんだ連雀	火	4日・18日・25日 午前10時30分～11時30分
岩本町ほほえみプラザ	水 ^{※1}	5日・19日・26日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
神保町区民館	水 ^{※1}	5日・19日・26日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
いきいきプラザ一番町	水 ^{※1}	5日・19日・26日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
	木 ^{※1}	6日・20日・27日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
	金 ^{※2}	7日・21日・28日 午前11時～正午
アキバ分室 みりおん	木 ^{※2}	6日・20日・27日 午前10時～11時
神田公園区民館	木 ^{※1}	6日・20日・27日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
かがやきプラザ	金 ^{※1}	7日・21日・28日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
和泉橋区民館	金	7日・21日・28日 午後1時30分～2時30分

※1 各回同じ内容 ※2 指導員は不在。指導員の指導映像を投影して行う