

令和8年8月度提案事業予定表

板橋区立志村ふれあい館

電話 03-3960-5885（午前9時～午後5時）
休館日：火曜日、年末年始（12月29日～1月3日）

日		月		火	水	木	金	土					
30	さわって覚えよう！麻雀はじめてやりたい方の講座【学1】 10:00～11:30/16名 🎮 ゲーム機で遊ぼう！『newボウリング』【学2】 10:30～11:30/8名 想い出のリクエスト曲【学1】 13:30～15:00/50名	31	👉 健康運動指導士の筋筋体操【学1】 ①9:30～10:15/16名 ②10:45～11:30/16名 健康運動指導士のカラダ研究会【学1】 ③13:30～14:00/16名 ④14:30～15:00/16名 スマホ相談会【多2】 受付時間10:00～11:30、13:00～14:30/(1人20分程度)			 マークの講座は、室内用運動シューズが必要です。 忘れずにご持参ください。 その他講座でも、持ち物など指定させて頂いてます。 詳細は、『志村オールウェイズたより』または館内の 講座POPをご覧ください。			1	アカペラで歌いましょう【学2】 10:30～11:30/16名 👉 タイチストレッチ【学1】 13:30～14:30/18名 生業・就労に関する指導【多2】 14:00～15:00/1名 館長の何でも相談日【多2】 15:00～16:00/1名			
2	麻雀をはじめてやりたい方の講座【多1】 10:00～11:00/12名(全6回)8月～10月 しゃみせん 三味線の音色で唄いましょう【学2】 10:30～11:30/16名 ジャズを楽しもう【学1】 14:00～15:00/40名	3	👉 ゆったりエアロビクス&ストレッチ【学1】 10:00～11:00/25名 健康運動指導士のカラダ研究会【学2】 ①10:20～10:50/10名 ②11:20～11:50/10名 👉 健康運動指導士の筋筋体操【学1】 ①13:30～14:15/16名②14:45～15:30/16名 かくしゃく書道教室【学2】(8～11月) 13:30～15:30/20名 スマホ相談会【多2】 受付時間10:00～11:30、13:00～14:30/(1人20分程度)	4	休館日	5	👉 エンジョイ卓球教室【学1】 9:10～11:10/10名 知って安心在宅医療【学2】 10:00～11:30/20名 リズム&健康ストレッチ【学1】 13:15～14:15/23名 ミュージックベル【学2】 13:30～14:30/8名(全6回)7月～9月 ハワイアンフラ【学1】 14:45～15:45/20名(全10回)8月～12月 コーラスは楽しい【学2】 15:00～16:00/20名(全4回)8月～9月 スマホ相談会【多2】 受付時間10:00～11:30、13:00～14:30/(1人20分程度)	6	理学療法士の健康体操【学1】 ①9:45～10:30/14名(全身)②10:45～11:30/14名(膝) おりがみ「花のリース」【交流室】(申込不要) 10:15～11:25(お時間になりましたらお集まりください) 👉 体力測定【学2】 10:45～11:15/5名 嚥下体操【交流室】 11:35～11:55(お時間になりましたらお集まりください) やさしいピラティス入門【学1】 13:30～14:30/18名 音楽脳トレ【学2】 13:30～14:30/16名 👉 ヒップホップダンス【学1】 15:00～16:00/18名	7	脳活性化プログラム シナプソロジー【学1】 10:00～10:45/20名 昭和歌謡を歌おう【学2】 10:30～11:30/25名 👉 ロコモにならない123運動【学1】 13:30～14:30/25名 👉 モルック【学1】 15:00～16:00/9名 スマホ相談会【多2】 受付時間10:00～11:30、13:00～14:30/(1人20分程度)	8	細密塗り絵【学2】 10:00～11:30/20名 椅子ヨガ【学1】 10:45～11:45/20名 ちょっとイングリッシュ【学2】 13:30～14:30/16名 ALWAYS映画上映会【学1】 13:50～15:35/30名「汚名」 もっとイングリッシュ【学2】 15:00～16:00/16名
9	ギター入門講座【学2】 9:30～10:30/5名(全4回)8～9月 👉 やさしい気功ストレッチ【学1】 10:30～11:30/18名 ギターアンサンブル講座【学2】 10:45～11:45/6名(全4回)8～9月 パソコン講座(初心者向け)【情報発信収集室】 10:45～11:45/7名 将棋を楽しもう(初級)【学2】 13:00～13:45/8名(全2回) ALWAYS映画上映会【学1】 13:50～15:35/30名「父と暮らせば」 将棋を楽しもう(中級)【学2】 14:00～14:45/8名(全2回)	10	👉 ロコモにならない123運動【学1】 10:00～11:00/25名 健康運動指導士のカラダ研究会【学2】 ①10:20～10:50/10名 ②11:20～11:50/10名 ③13:30～14:00/10名 ④14:30～15:00/10名 養生気功【学1】 13:30～14:30/23名 ボイトレ「Relax-sing」【学1】 15:10～15:55/25名 スマホ相談会【多2】 受付時間10:00～11:30、13:00～14:30/(1人20分程度)	11	休館日	12	👉 いきいきエアロビクス&ストレッチ【学1】 10:00～11:00/25名 看護婦による講座「大人の排泄講座 女性限定」【学2】 10:30～11:30/20名 リズム&健康ストレッチ【学1】 13:15～14:15/23名 ミュージックベル【学2】 13:30～14:30/8名(全6回)7月～9月 ハワイアンフラ【学1】 14:45～15:45/20名(全10回)8月～12月 コーラスは楽しい【学2】 15:00～16:00/20名(全4回)8月～9月 スマホ相談会【多2】 受付時間10:00～11:30、13:00～14:30/(1人20分程度)	13	男の料理教室【学2】 9:30～12:00/11名「冷やし中華」 理学療法士の健康体操【学1】 ①9:45～10:30/14名(全身)②10:45～11:30/14名(膝) おりがみ「花のリース」【交流室】(申込不要) 10:15～11:25(お時間になりましたらお集まりください) 嚥下体操【交流室】 11:35～11:55(お時間になりましたらお集まりください) W(ダブル)の刺激【学1】 13:30～14:15/14名 👉 ズンバゴールド【学1】 14:45～15:30/16名	14	👉 みんなの体操【学1】 10:00～10:30/16名 👉 体力測定【学2】 10:45～11:15/5名 👉 健康運動指導士の筋筋体操【学1】 ①11:00～11:45/16名②13:30～14:15/16名 ③14:45～15:30/16名 かくしゃく華道教室【学2】(8～11月) 13:30～15:30/20名 スマホ相談会【多2】 受付時間10:00～11:30、13:00～14:30/(1人20分程度)	15	歌って踊ってイキイキ【学2】 10:30～11:30/10名 👉 タイチストレッチ【学1】 13:30～14:30/18名
		※オールウェイズたより9月号発行日 ●抽選申込(～14日迄)・先着申込受付開始						9月度提案事業申込集計・抽選 ●公開抽選会のご案内 当日集計終了次第、館内放送でご案内します ※抽選結果発表はこの日はございません					
16	クラブ対抗麻雀大会「志村カップ2026」【学2】 9:30～11:30、13:00～16:00 ドラマを楽しもう【学1】 12:00～13:00/6名 リラックスヨガ【学1】 14:00～15:00/14名	17	👉 ゆったりエアロビクス&ストレッチ【学1】 10:00～11:00/25名 健康運動指導士のカラダ研究会【学2】 ①10:20～10:50/10名 ②11:20～11:50/10名 👉 健康運動指導士の筋筋体操【学1】 ①13:30～14:15/16名②14:45～15:30/16名 かくしゃく書道教室【学2】(8～11月) 13:30～15:30/20名 スマホ相談会【多2】 受付時間10:00～11:30、13:00～14:30/(1人20分程度)	18	休館日	19	👉 エンジョイ卓球教室【学1】 9:10～11:10/10名 薬剤師による講座「骨を守っていつまでも元気に」 9:30～10:30/20名 クラフト講座【学2】 13:30～15:30/4名(全2回)7月～8月 👉 モルック【学1】 14:00～15:00/9名 スマホ相談会【多2】 受付時間10:00～11:30、13:00～14:30/(1人20分程度)	20	👉 バランスボール体操【学1】 9:30～10:15/14名 プロのカメラマンによるお誕生月撮影会【交流室】 10:30～11:30/15名(8月生まれの方) ストレッチ棒(ボール)体操【学1】 10:45～11:30/14名 👉 リズムボクシング&ストレッチ【学1】 13:30～14:30/18名 楽しく手芸【学2】 13:30～16:00/6名 👉 ヒップホップダンス【学1】 15:00～16:00/18名	21	脳活性化プログラム シナプソロジー【学1】 10:00～10:45/20名 👉 いきいきエアロビクス&ストレッチ【学1】 13:30～14:30/25名 歌声サロン グティ【喫茶グティ】 14:30～15:30/20名 スマホ相談会【多2】 受付時間10:00～11:30、13:00～14:30/(1人20分程度)	22	👉 元気百倍!板リハ出張講座(転倒予防編)【学1】 10:30～11:30/20名 ちょっとイングリッシュ【学2】 13:30～14:30/16名 👉 モルック【学1】 14:00～15:00/9名 もっとイングリッシュ【学2】 15:00～16:00/16名
●9月度提案事業抽選結果発表 9:00より2階情報室前に掲示(8/19まで)													
23	ギター入門講座【学2】 9:30～10:30/5名(全4回)8～9月 リラックスヨガ【学1】 10:00～11:00/14名 麻雀をはじめてやりたい方の講座【多1】 10:00～11:00/12名(全6回)8月～10月 ギターアンサンブル講座【学2】 10:45～11:45/6名(全4回)8～9月 パソコン講座(初心者向け)【情報発信収集室】 10:45～11:45/7名 将棋を楽しもう(初級)【学2】 13:00～13:45/8名(全2回) ALWAYS映画上映会【学1】 13:50～15:35/30名「見知らぬ乗客」 将棋を楽しもう(中級)【学2】 14:00～14:45/8名(全2回)	24	👉 ロコモにならない123運動【学1】 10:00～11:00/25名 健康運動指導士のカラダ研究会【学2】 ①10:20～10:50/10名 ②11:20～11:50/10名 ③13:30～14:00/10名 ④14:30～15:00/10名 パーカッションアンサンブル【学1】 12:00～13:00/10名 養生気功【学1】 13:30～14:30/23名 スマホ相談会【多2】 受付時間10:00～11:30、13:00～14:30/(1人20分程度)	25	休館日	26	フォークソングを歌おう【学2】 10:30～11:30/25名 看護婦による講座「大人の排泄講座 男性限定」【学2】 13:30～14:30/20名 👉 モルック【学1】 14:00～15:00/9名 スマホ相談会【多2】 受付時間10:00～11:30、13:00～14:30/(1人20分程度)	27	ストレッチ棒(ボール)体操【学1】 9:30～10:15/14名 おりがみ「花のリース」【交流室】(申込不要) 10:15～11:25(お時間になりましたらお集まりください) 👉 体力測定【学2】 10:30～11:00/5名 👉 メンズファイトボクシング【学1】 10:45～11:30/12名 嚥下体操【交流室】 11:35～11:55(お時間になりましたらお集まりください) はじめてのスマホ体験【学1】 13:30～15:30/18名 朗読教室【学2】 13:30～14:30/20名	28	👉 タイチストレッチ【学1】 10:30～11:30/18名 👉 ステップ台で体元気【学1】 13:30～14:30/20名 かくしゃく華道教室【学2】(8月～11月) 13:30～15:30/20名 👉 ズンバゴールド【学1】 15:00～15:45/16名 スマホ相談会【多2】 受付時間10:00～11:30、13:00～14:30/(1人20分程度)	29	椅子ヨガ【学1】 10:45～11:45/20名 👉 ゲーム機であそぼう『newボウリング』【学2】 10:30～11:30/8名 ちょっとイングリッシュ【学2】 13:30～14:30/16名 ALWAYS映画上映会【学1】 13:50～15:40/30名「ブラネット・オブ・オーシャン」 もっとイングリッシュ【学2】 15:00～16:00/16名