

生涯現役プラチナ応援事業
対象講座・教室等（平成30年12月開催予定分）

平成30年 12月

		時間	事業番号	講座・教室等		場所	問合せ先 電話番号
1	土						
2	日	10:00-12:00	73	ひまわり塾（子ども学習支援事業）	要予約	ひまわりの館	社協22-2411
3	月						
4	火	10:00-12:00	36	石岡中地区ふれあい活動交流会	要予約	東地区公民館	社協22-2411
		13:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		14:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		9:30	019	健康体操教室E（ロコモ・転倒予防）	予約締切	八郷保健センター	八郷保健センター 43-6655
5	水	14:30-16:00	12	第3回ひまわり体操	締切	恋瀬地区公民館	社協22-2411
		13:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		14:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
6	木	10:00	053	リラックス体操	申込締切	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
7	金	13:30-15:30	111	点字・点訳ボランティア養成講座	締切	障害者支援施設光風荘	社協22-2411
		9:30	101	みんなのターゲットバードゴルフ	申込締切	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		13:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		14:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
8	土	9:00-16:30	29	視覚障がい者ガイドヘルプ養成講座	締切	障害者支援施設光風荘	社協22-2411
9	日	10:00-12:00	73	ひまわり塾（子ども学習支援事業）	要予約	ひまわりの館	社協22-2411
10	月	9:30	019	健康体操教室A	要予約	石岡保健センター	石岡保健センター 24-1386
		9:30	019	健康体操教室B	要予約	石岡保健センター	石岡保健センター 24-1386
		13:30	019	健康体操教室C	予約締切	石岡保健センター	石岡保健センター 24-1386
		9:00	022	健診結果説明会	要予約	八郷保健センター	八郷保健センター 43-6655
11	火	10:00-12:00	78	安心安全プラチナ大会	観覧可	ひまわりの館	社協22-2411
		13:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		14:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		9:30	019	健康体操教室F（体力アップ）	予約締切	八郷保健センター	八郷保健センター 43-6655
12	水	10:00-12:00	36	国府中地区ふれあい活動交流会	要予約	国府地区公民館	社協22-2411
		14:30-16:00	12	第3回ひまわり体操	締切	恋瀬地区公民館	社協22-2411
		10:00	114	福祉レクリエーション教室	要予約	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		13:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		14:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		9:00	022	健診結果説明会	要予約	八郷保健センター	八郷保健センター 43-6655
13	木	8:30	033	成人歯科検診・口腔がん検診	要予約	八郷保健センター	八郷保健センター 43-6655
14	金	13:30-15:30	111	点字・点訳ボランティア養成講座	締切	障害者支援施設光風荘	社協22-2411
		10:00	107	ポレポレ体操	申込締切	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		13:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126

		14:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		8:30	033	成人歯科検診・口腔がん検診	要予約	八郷保健センター	八郷保健センター 43-6655
15	土	13:30-15:10	112	高齢者のための地域づくりフォーラム	観覧可	国府地区公民館	社協22-2411
16	日	10:00-12:00	73	ひまわり塾（子ども学習支援事業）	要予約	ひまわりの館	社協22-2411
17	月	9:30	019	健康体操教室A	要予約	石岡保健センター	石岡保健センター 24-1386
		9:30	019	健康体操教室B	要予約	石岡保健センター	石岡保健センター 24-1386
		13:30	019	健康体操教室C	予約締切	石岡保健センター	石岡保健センター 24-1386
18	火	9:30	101	みんなのターゲットバードゴルフ	申込締切	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		13:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		14:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		9:30	019	健康体操教室E（ロコモ・転倒予防）	予約締切	八郷保健センター	八郷保健センター 43-6655
19	水	10:00-12:00	36	城南中地区ふれあい活動交流会	要予約	城南地区公民館	社協22-2411
		14:30-16:00	12	第3回ひまわり体操	締切	恋瀬地区公民館	社協22-2411
		9:00	022	健診結果説明会	要予約	八郷保健センター	八郷保健センター 43-6655
20	木	10:00	053	リラックス体操	申込締切	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		13:30	094	しめ飾り教室	要予約	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
21	金	13:30-15:30	111	点字・点訳ボランティア養成講座	締切	障害者支援施設光風荘	社協22-2411
		10:00	115	体にいい ケイラク体操	要予約	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		13:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		13:30	094	しめ飾り教室	要予約	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		14:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
22	土						
23	日	10:00-12:00	73	ひまわり塾（子ども学習支援事業）	要予約	ひまわりの館	社協22-2411
		13:30	045	ふれあい陶芸教室	要予約	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
24	月						
25	火	9:30	019	健康体操教室F（体力アップ）	予約締切	八郷保健センター	八郷保健センター 43-6655
		9:30	022	健診結果説明会	要予約	石岡保健センター	石岡保健センター 24-1386
26	水	10:00-12:00	36	府中中地区ふれあい活動交流会	要予約	府中地区公民館	社協22-2411
		14:30-16:00	12	第3回ひまわり体操	締切	恋瀬地区公民館	社協22-2411
		13:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
		14:15	018	シルバーリハビリ体操教室	参加可能	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
27	木	13:30	105	室内ニュースポーツ教室	要予約	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
28	金	10:00	107	ポレポレ体操	申込締切	ひまわりの館	ひまわりの館 35-1126
29	土						
30	日						
31	月						

※予約が必要な講座・教室等については、事前にお問い合わせください。

※日程など変更が生じる場合がございますので、詳細はお問い合わせください。

※在宅介護支援センター(石岡市委託)による、介護予防講座は、この事業の対象となりますが、各センター毎に地区設定を行っており、地区ごとに講座を行っておりますので、上記予定には記載しておりません。

※出前講座の考え方について

プラチナポイントに係る出前講座のうち、シルバーリハビリ体操等は普及を目的とした体験として設定しております。各地区で定例で行っているものを出前講座として申込みすることは出来かねますので御了承ください。