

でんえんの風 2025年8月

シニアステーション田園調布西

大田区田園調布4-44-9 TEL:03-3721-8066

六郷軽音楽団 Concert

8月4日(月)
13:20~15:00

素敵な生演奏で
皆さんと一緒に歌いませんか
「夏の思い出」ほか
演奏「東京フギウギ」ほか♪

◆予約制(先着順)
◆無料

シニアバレエ体験会

講師：高橋まどか先生
(リベルテ バレエ スタジオ 介護バレエ講師)

8月28日(木)
11:00~12:00

バレエの動きでしなやか かつ 筋力をつけて
介護を受けなくてもよい
身体作りを目指しませんか！

●予約制 ●無料

スマートフォン相談会 都内在住60才以上の方



1人30分の個別相談
お気軽にご相談ください

8月8日(金)

9:30~12:00 / 13:30~16:30

◆予約制 ◆無料 ※スマホをご持参ください



でんにし夏祭り

8月8日(金) 13:30~15:30

エルダーde盆踊り！
射的・さかな釣り・ピンポンゲーム★

景品もあります！

◆予約制 ◆無料

椅子太極拳



大川智矢講師の出張レッスン

8月18日(月)

10:00~10:40

◆無料

でんにしのプログラム

QRコードをスマホのカメラに
かざして、ホームページから
ご覧になれます。



● でんにし通信 ●

入館時におきましては、引き続き手指消毒・
マスク着用へのご協力をお願いいたします。
また、各自くつ袋をご用意ください。

● 9月のマッサージ (無料)

8月15日より、お電話にてご予約を承ります。
椅子に座って15分のマッサージです。
マスク着用、手ぬぐいをご持参下さい。

シニアステーション田園調布西 8月のプログラム

	日	月	火	水	木	金	土
1階						1	2
大広間	● アクセス ● 多摩川駅より 東急バス「玉11 二子玉川駅行」 3つ目「多摩川グラ ンド前」 下車すぐ前		四つ玉 ビリヤード 月・木・土(女性) 水・金(男性) 午前:9時半～ 午後:13時～ 	クールスポット (～10月15日) お休み処・涼み処として ご利用ください！ 		マッサージ★ 9:20～15:30	
						関節しなやか体操 10:00～11:00¥	椅子ヨガ 10:00～10:40
						体幹とバランス 11:20～12:00	脳トレ体操 11:00～11:40
						モルック 13:30～14:30 ◇ポーカーク 14:40～16:00	ピンポン (シングルス) 13:30～15:30
	3	4	5	6	7	8	9
1階					将棋 10:00～12:00	スマートフォン相談会 9:30～16:30★	
大広間	休館	椅子太極拳 10:00～10:40	体幹とバランス 10:00～10:40	書道の会 10:00～12:00¥	椅子コグフィット 10:00～10:40	関節しなやか体操 10:00～11:00¥	椅子ヨガ 10:00～10:40
		椅子ヨガ 11:00～11:40	ゆるゆるストレッチ 11:00～12:00¥		ダンスdeハッピー 11:00～12:00¥	体幹とバランス 11:20～12:00	脳トレ体操 11:00～11:40
		六郷軽音楽団★ コンサート 13:20～15:00	編み物 13:30～15:30	囲碁 13:00～16:30	マンボとジルバ 13:00～14:00¥	でんにし夏祭り★ 13:30～15:30	バンド♪不協和音 13:30～16:00
					♪カラオケ 14:15～16:00		
	10	11	12	13	14	15	16
1階					将棋 10:00～12:00	マッサージ★ 9:20～15:30	
大広間	休館	休館日 	椅子空手 10:00～10:40	体幹とバランス 10:00～10:40	椅子コグフィット 10:00～10:40	関節しなやか体操 10:00～11:00¥	椅子ヨガ 10:00～10:40
			椅子ヨガ 11:00～11:40	基本の折り紙★ 11:00～12:00	飲み込みをよくするボイトレ 11:00～12:00¥	体幹とバランス 11:20～12:00	脳トレ体操 11:00～11:40
			たのしいぬり絵 13:30～15:00¥	囲碁 13:00～16:30	フラダンス 13:00～14:00¥	社交ダンス 13:30～14:30¥	ピンポン (シングルス) 13:30～15:30
			みんなで歌おう！歌声広場 15:10～16:30		はじめてのフラダンス 14:15～15:15¥	ダンス☆ホール 14:40～15:30	
	17	18	19	20	21	22	23
1階			編み物 13:30～15:30		将棋 10:00～12:00	マッサージ★ 9:20～15:30	
大広間	休館	出張レッスン椅子太極拳 10:00～10:40	体幹とバランス 10:00～10:40	書道の会 10:00～12:00¥	椅子コグフィット 10:00～10:40	関節しなやか体操 10:00～11:00¥	椅子ヨガ 10:00～10:40
		椅子ヨガ 11:00～11:40	ゆるゆるストレッチ 11:00～12:00¥		ダンスdeハッピー 11:00～12:00¥	体幹とバランス 11:20～12:00	脳トレ体操 11:00～11:40
		カムカム体操(LIVE) 13:30～14:30	たのしいぬり絵 13:30～15:00¥	囲碁 13:00～16:30	マンボとジルバ 13:00～14:00¥	社交ダンス 13:30～14:30¥	バンド♪不協和音 13:30～16:00
		みんなで歌おう！歌声広場 14:45～16:00	気功 15:20～16:00		♪カラオケ 14:15～16:00	ダンス☆ホール 14:40～15:30	
	24/31	25	26	27	28	29	30
1階					将棋 10:00～12:00		
大広間	休館	椅子太極拳 10:00～10:40	椅子空手 10:00～10:40	体幹とバランス 10:00～10:40	椅子コグフィット 10:00～10:40	ピンポン (シングルス) 10:00～12:00	椅子ヨガ 10:00～10:40
		椅子ヨガ 11:00～11:40	カキラ 11:00～12:00¥	ポツチャ 11:00～12:00	シニアバレー体験会 11:00～12:00★		脳トレ体操 11:00～11:40
		英会話・SEEDS★ 13:00～14:00	たのしいぬり絵 13:30～15:00¥	囲碁 13:00～16:30	フラダンス 13:00～14:00¥	モルック 13:30～14:30	みんなのシネマ★ 「ローマの休日」 13:30～15:30
		English・Roots 14:15～15:30★	みんなで歌おう！歌声広場 15:10～16:30		はじめてのフラダンス 14:15～15:15¥	◇ポーカーク 14:40～16:00	

プログラムは予告なく変更になることがありますのでご了承下さい。

- ◆¥のついた有料講座(300円)と★印の講座は予約制です ◆色の講座は映像です(無料・予約不要)
 ◆満のついた講座はキャンセル待ちです ◆予約をキャンセルされる場合は、電話連絡をお願いいたします