

# 7月イベントカレンダー

【重要】新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴い、中止等を決定したイベントがあります。詳しくは下記「申込種別」をご確認ください。(令和3年7月1日現在)  
 また、随時、中止等が決定した場合は、区HP (<https://www.city.shibuya.tokyo.jp/>) へ最新情報が掲載されます。ご不便をおかけしますが、ご了承いただきますようお願いいたします。

申込種別	事業名	副題	内容	詳細ページ
事前申込	渋谷区訪問型サービスA従事者研修	渋谷区せいかつサポート研修	内容：高齢者宅で家事をサポートしていただける方を募集するための研修（訪問介護に関する講義・演習）	<a href="#">1</a>
事前申込	口腔機能向上事業	お口のアンチエイジング教室	内容：歯科医師指導による口腔機能検査、顔・口のトレーニングの紹介 講師：渋谷区歯科医師会医師・歯科衛生士	<a href="#">2</a>
事前申込	口腔機能向上事業	お口のアンチエイジング教室	内容：歯科医師指導による口腔機能検査、顔・口のトレーニングの紹介 講師：渋谷区歯科医師会医師・歯科衛生士	<a href="#">3</a>
事前申込	元氣すこやか事業	ポールウォーキング講座	内容：専用ポールを持って正しい姿勢のまま歩幅を広げてバランスよく歩くことで、転倒予防と身体バランスの改善を目指す歩行運動。 講師：田村 美美子	<a href="#">4</a>
事前申込	通いの場等活動支援事業	自主グループなどの通いの場等活動支援研修	内容：いつもの通いの場の活動（自主グループ、サロン、シニアクラブ等）にフレイル予防をちょい足して、より効果的に活動を継続するための研修（オリエンテーション、プログラム体験・練習（運動、栄養、口腔）、グループディスカッション）	<a href="#">5</a>
事前申込	シニアいきいき大学	大和田パソコン教室2期	パソコン・タブレットの講座	<a href="#">6</a>
事前申込	2021年度渋谷区立社会教育館講座	「親子でかわいい布花コースジュ作り」（全2回）	渋谷区健康はつらつ事業講師 大丸啓子氏 染から楽しむコースジュ作り。指先を使い集中力を高め脳の活性化を図ると共にモノづくりの楽しさを学ぶ	<a href="#">7</a>
随時申込	卓球		場の開放（卓球台の準備・片付け等は参加者自身が行います）	<a href="#">8</a>
随時申込	バドミントン		場の開放（支柱やネットの準備片付けは参加者自身が行います）	<a href="#">9</a>
当日会場受付	水中ウォーキング		水中ウォーキング	<a href="#">10</a>
当日会場受付	水中ウォーキング		水中ウォーキング	<a href="#">11</a>
当日会場受付	水中ウォーキング		水中ウォーキング	<a href="#">12</a>
当日会場受付	水中ウォーキング		水中ウォーキング	<a href="#">13</a>
当日会場受付	水中ウォーキング		水中ウォーキング	<a href="#">14</a>
当日会場受付	水中ウォーキング		水中ウォーキング	<a href="#">15</a>
当日会場受付	水中エクササイズ		水中エクササイズ	<a href="#">16</a>
当日会場受付	朝の体操教室		朝の体操教室	<a href="#">17</a>
当日会場受付	ふれあいトレーニング		マシントレーニング、ストレッチ	<a href="#">18</a>
当日会場受付	ふれあいアリーナ		リズム体操、ストレッチ体操	<a href="#">19</a>
当日会場受付	リフレッシュ体操		リフレッシュ体操	<a href="#">20</a>
随時申込	ふれあい植物センターイベント	のみもの植物園	講師…ふれあい植物センターボランティアの会 1杯の飲み物の材料となる植物について、飲み物の試飲と紹介を行う	<a href="#">21</a>
随時申込	ふれあい植物センターイベント	おはなし植物園	講師…ふれあい植物センターボランティアの会 自然科学系絵本の読み聞かせと、実物の観察や試食体験	<a href="#">22</a>
随時申込	ふれあい植物センターイベント	季節のワークショップ	講師…ふれあい植物センターボランティアの会 季節に合わせて、自然素材や身近な材料を元に様々な物を作る	<a href="#">23</a>
随時申込	ふれあい植物センターイベント	草木染体験実習	講師…ふれあい植物センターボランティアの会 身近な植物を材料に染色を体験する	<a href="#">24</a>

申込種別	事業名	副題	内容	詳細ページ
当日会場受付 又は事前申込	渋谷おとなりサンデー	オフラインとオンラインの両方の企画を開催（予定）	コロナ禍における「新しい日常の中で開かれる新しいコミュニティ活動」によるオフライン企画と「渋谷のラジオ」や「WEB」を利用したオンライン企画を開催します。	<a href="#">25</a>
随時申込	シニアチアダンス		チアダンスの初心者向け講座	<a href="#">26</a>
随時申込	シニアチアダンス		チアダンスの初心者向け講座	<a href="#">27</a>
随時申込	シニアチアダンス		チアダンスの初心者向け講座	<a href="#">28</a>
当日会場受付	若返るダイヤモンド体操		座位・立位・エアロビクス・セラバンドを使用した体操	<a href="#">29</a>
当日会場受付	若返るダイヤモンド体操		座位・立位・エアロビクス・セラバンドを使用した体操	<a href="#">30</a>
当日会場受付	若返るダイヤモンド体操		座位・立位・エアロビクス・セラバンドを使用した体操	<a href="#">31</a>
当日会場受付	若返るダイヤモンド体操		座位・立位・エアロビクス・セラバンドを使用した体操	<a href="#">32</a>
当日会場受付	若返るダイヤモンド体操		座位・立位・エアロビクス・セラバンドを使用した体操	<a href="#">33</a>
当日会場受付	若返るダイヤモンド体操		座位・立位・エアロビクス・セラバンドを使用した体操	<a href="#">34</a>
随時申込	シルバー人材センター 入会説明会		当センター概要説明（DVD）、面談	<a href="#">35</a>
随時申込	シルバー人材センター 入会説明会		当センター概要説明（DVD）、面談	<a href="#">36</a>
事前申込	なんでもスマホ相談		スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	<a href="#">37</a>
事前申込	なんでもスマホ相談		スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	<a href="#">38</a>
事前申込	なんでもスマホ相談		スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	<a href="#">39</a>
事前申込	なんでもスマホ相談		スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	<a href="#">40</a>
事前申込	なんでもスマホ相談		スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	<a href="#">41</a>
事前申込	なんでもスマホ相談		スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	<a href="#">42</a>
事前申込	なんでもスマホ相談		スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	<a href="#">43</a>
事前申込	なんでもスマホ相談		スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	<a href="#">44</a>
事前申込	なんでもスマホ相談		スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	<a href="#">45</a>
事前申込	なんでもスマホ相談		スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	<a href="#">46</a>
事前申込	なんでもスマホ相談		スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	<a href="#">47</a>

# 7月イベントカレンダー

## イベント詳細情報一覧

1		2	
事業名	渋谷区訪問型サービスA従事者研修	事業名	口腔機能向上事業
申込種別	事前申込	申込種別	事前申込
副題	渋谷区せいかつサポート研修	副題	お口のアンチエイジング教室
内容	内容：高齢者宅で家事をサポートしていただける方を募集するための研修（訪問介護に関する講義・演習）	内容	内容：歯科医師指導による口腔機能検査、顔・口のトレーニングの紹介 講師：渋谷区歯科医師会医師・歯科衛生士
申込期間	2021年7月1日～2021年8月5日	申込期間	2021年7月15日～2021年11月16日
開催期間	2021年9月7日,9月14日,9月21日,9月28日、火曜日、9:15～13:00	開催期間	2021年9月1日・11月17日、水曜日、14:00～16:00
対象者	渋谷区指定の訪問介護事業所で働く人を希望する18歳以上の人	対象者	区内在住の65歳以上で、自分で通所ができる人
定員	40人	定員	20人
会場	文化総合センター大和田	会場	ひがし健康プラザ
参加費等	無料	参加費等	無料
問合せ先	介護保険課介護総合事業係 電話：3463-1888	問合せ先	①渋谷区口腔保健支援センター プラザ歯科診療所 電話：5466-2770 ②渋谷区歯科医師会 電話：3770-2341 ③介護保険課介護総合事業係 電話：3463-1888
備考	筆記用具、マスク	備考	マスク着用必須
3		4	
事業名	口腔機能向上事業	事業名	元気すこやか事業
申込種別	事前申込	申込種別	事前申込
副題	お口のアンチエイジング教室	副題	ポールウォーキング講座
内容	内容：歯科医師指導による口腔機能検査、顔・口のトレーニングの紹介 講師：渋谷区歯科医師会医師・歯科衛生士	内容	内容：専用ポールを持って正しい姿勢のまま歩幅を広げてバランスよく歩くことで、転倒予防と身体バランスの改善を目指す歩行運動。 講師：田村 美美子
申込期間	2021年7月15日～2021年11月3日	申込期間	2021年7月15日～2021年7月30日
開催期間	2021年9月16日・11月4日、木曜日、14:00～16:00	開催期間	2021年9月3日～2021年10月22日、金曜日、9:30～10:30
対象者	区内在住の65歳以上で、自分で通所ができる人	対象者	区内に住所を有する65歳以上で、自分で通所でき、記名式アンケートに回答可能な人
定員	20人	定員	15人
会場	総合ケアコミュニティ・せせらぎ	会場	渋谷区かなみの杜・渋谷
参加費等	無料	参加費等	1,200円（保険料）
問合せ先	①渋谷区口腔保健支援センター プラザ歯科診療所 電話：5466-2770 ②渋谷区歯科医師会 電話：3770-2341 ③介護保険課介護総合事業係 電話：3463-1888	問合せ先	渋谷区かなみの杜・渋谷 電話：03-5784-3872
備考	マスク着用必須	備考	・マスク着用必須 ・持ち物：室内履き、タオル、飲み物

5		6	
事業名	通いの場等活動支援事業	事業名	シニアいきいき大学
申込種別	事前申込	申込種別	事前申込
副題	自主グループなどの通いの場等活動支援事業	副題	大和田パソコン教室2期
内容	内容：いつもの通いの場の活動（自主グループ、サロン、シニアクラブ等）にフレイル予防をちょい足して、より効果的に活動を継続するための研修（オリエンテーション、プログラム体験・練習（運動、栄養、口腔）、グループディスカッション等）	内容	パソコン・タブレットの講座
申込期間	2021年7月20日～2021年9月3日	申込期間	2021年7月28日まで
開催期間	2021年9月6日～2021年10月11日、月曜日、13:30～15:45	開催期間	2021年9月7日～2021年11月18日の火曜日～金曜日 ※9/23、11/3
対象者	渋谷区内で主に65歳以上が参加する通いの場（自主グループ、サロン、シニアクラブ等）を運営・サポートされている方	対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人
定員	14人	定員	11コース各10人ずつ
会場	渋谷生涯活躍ネットワーク・シブ	会場	文化総合センター大和田
参加費等	無料	参加費等	3,000円
問合せ先	介護保険課介護総合事業係 電話：3463-1888	問合せ先	シニアいきいき大学 電話：03-3464-5171 FAX：03-3464-5172
備考	マスク着用必須	備考	
7		8	
事業名	2021年度渋谷区立社会教育館講座	事業名	卓球
申込種別	事前申込	申込種別	随時申込
副題	「続」てがわいい市化ワークショップ（全2回）	副題	
内容	渋谷区健康はつらつ事業講師 大丸啓子氏 染から楽しむコサージュ作り。指先を使い集中力を高め脳の活性化を図ると共にモノづくりの楽しさを学ぶ	内容	場の開放（卓球台の準備・片付け等は参加者自身が行います）
申込期間	2021年7月1日～2021年7月10日	申込期間	
開催期間	2021年7月17日・7月24日 土 14:00～16:00	開催期間	毎週月曜日 9:00～12:00
対象者	小学生とその保護者（高校生以上）	対象者	区内在住・在勤・在学の小学生以上
定員	6組12人	定員	なし
会場	恵比寿社会教育館	会場	ひがし健康プラザ
参加費等	1500円（材料費）	参加費等	施設使用料
問合せ先	幡ヶ谷社会教育館文化事業係 電話：3376-1541 FAX：3375-9278	問合せ先	ひがし健康プラザ 電話：5466-2291
備考		備考	持ち物 運動のできる服装、室内履きシューズ

## 7月イベントカレンダー

### イベント詳細情報一覧

9		10	
事業名	バドミントン	事業名	水中ウォーキング
申込種別	随時申込	申込種別	当日会場受付
副題		副題	
内容	場の開放（支柱やネットの準備片付けは参加者自身が行います）	内容	水中ウォーキング
申込期間		申込期間	
開催期間	毎週月曜日 13:00～16:00	開催期間	毎週火曜日 14:00～14:30
対象者	区内在住・在勤・在学の小学生以上	対象者	区内在住・在勤・在学の中学生以上
定員	なし	定員	30名
会場	ひがし健康プラザ	会場	スポーツセンター
参加費等	施設使用料	参加費等	施設使用料
問合せ先	ひがし健康プラザ 電話：5466-2291	問合せ先	スポーツセンター 電話：3468-9051
備考	持ち物 運動のできる服装、室内履きシューズ	備考	
11		12	
事業名	水中ウォーキング	事業名	水中ウォーキング
申込種別	当日会場受付	申込種別	当日会場受付
副題		副題	
内容	水中ウォーキング	内容	水中ウォーキング
申込期間		申込期間	
開催期間	毎週火曜日 15:00～15:30	開催期間	第1月曜日 14:00～14:30
対象者	区内在住・在勤・在学の中学生以上	対象者	区内在住・在勤・在学の中学生以上
定員	20名	定員	20名
会場	代官山スポーツプラザ	会場	ひがし健康プラザ
参加費等	施設使用料	参加費等	施設使用料
問合せ先	代官山スポーツプラザ 電話：5428-0831	問合せ先	ひがし健康プラザ 電話：5466-2291
備考		備考	

13		14	
事業名	水中ウォーキング	事業名	水中ウォーキング
申込種別	当日会場受付	申込種別	当日会場受付
副題		副題	
内容	水中ウォーキング	内容	水中ウォーキング
申込期間		申込期間	
開催期間	毎週金曜日 15:00～15:30	開催期間	毎週月曜日 14:00～14:30
対象者	区内在住・在勤・在学の中学生以上	対象者	区内在住・在勤・在学の中学生以上
定員	20名	定員	20名
会場	中幡小学校温水プール	会場	渋谷本町学園温水プール
参加費等	施設使用料	参加費等	施設使用料
問合せ先	中幡小学校温水プール 電話：3376-1069	問合せ先	渋谷本町学園温水プール 電話：3373-1303
備考		備考	
15		16	
事業名	水中ウォーキング	事業名	水中エクササイズ
申込種別	当日会場受付	申込種別	当日会場受付
副題		副題	
内容	水中ウォーキング	内容	水中エクササイズ
申込期間		申込期間	
開催期間	毎週土曜日 10:00～10:30	開催期間	毎週木曜日 14:00～14:30
対象者	区内在住・在勤・在学の中学生以上	対象者	区内在住・在勤・在学の中学生以上
定員	20名	定員	20名
会場	上原中学校温水プール	会場	代官山スポーツプラザ
参加費等	施設使用料	参加費等	施設使用料
問合せ先	上原中学校温水プール 電話：3460-7531	問合せ先	代官山スポーツプラザ 電話：5428-0831
備考		備考	

## 7月イベントカレンダー

### イベント詳細情報一覧

1 7		1 8	
事業名	朝の体操教室	事業名	ふれあいトレーニング
申込種別	当日会場受付	申込種別	当日会場受付
副題		副題	
内容	朝の体操教室	内容	マシントレーニング、ストレッチ
申込期間		申込期間	
開催期間	毎週水曜日 10時から10時45分	開催期間	毎週月・水・金・土曜日 13:00～16:45
対象者	区内在住・在勤・在学の中学生以上	対象者	区内在住・在勤・在学の中学生以上
定員	50名	定員	なし
会場	スポーツセンター	会場	ひがし健康プラザ
参加費等	施設使用料	参加費等	無料
問合せ先	スポーツセンター 電話：3468-9051	問合せ先	ひがし健康プラザ 電話：5466-2291
備考		備考	
1 9		2 0	
事業名	ふれあいアリーナ	事業名	リフレッシュ体操
申込種別	当日会場受付	申込種別	当日会場受付
副題		副題	
内容	リズム体操、ストレッチ体操	内容	リフレッシュ体操
申込期間		申込期間	
開催期間	毎週木曜日 14:00～15:30	開催期間	毎週金曜日 14:00～14:45
対象者	区内在住・在勤・在学の中学生以上	対象者	区内在住・在勤・在学の中学生以上
定員	50名	定員	30名
会場	ひがし健康プラザ	会場	猿楽トレーニングジム
参加費等	無料	参加費等	施設使用料
問合せ先	ひがし健康プラザ 電話：5466-2291	問合せ先	猿楽トレーニングジム 電話：3461-3447
備考		備考	

2 1		2 2	
事業名	ふれあい植物センターイベント	事業名	ふれあい植物センターイベント
申込種別	随時申込	申込種別	随時申込
副題	のみもの植物園	副題	おはなし植物園
内容	講師…ふれあい植物センターボランティアの会 1杯の飲み物の材料となる植物について、飲み物の試飲と紹介を行う	内容	講師…ふれあい植物センターボランティアの会 自然科学系絵本の読み聞かせと、実物の観察や試食体験
申込期間	2021年04月01日～2021年12月31日	申込期間	2021年04月01日～2021年12月31日
開催期間	日	開催期間	水
対象者	誰でも参加可	対象者	誰でも参加可
定員	定員設定なし	定員	15人
会場	渋谷区ふれあい植物センター	会場	渋谷区ふれあい植物センター
参加費等	無料	参加費等	無料
問合せ先	渋谷区ふれあい植物センター 電話：5468-1384 FAX：5468-9385	問合せ先	渋谷区ふれあい植物センター 電話：5468-1384 FAX：5468-9385
備考	施設改修のため2022年より休園予定	備考	施設改修のため2022年より休園予定
2 3		2 4	
事業名	ふれあい植物センターイベント	事業名	ふれあい植物センターイベント
申込種別	随時申込	申込種別	随時申込
副題	季節のワークショップ	副題	草木染体験実習
内容	講師…ふれあい植物センターボランティアの会 季節に合わせて、自然素材や身近な材料を元に様々な物を作る	内容	講師…ふれあい植物センターボランティアの会 身近な植物を材料に染色を体験する
申込期間	2021年04月01日～2021年12月31日	申込期間	2021年04月01日～2021年12月31日
開催期間	土・日・祝	開催期間	土・日・祝
対象者	誰でも参加可	対象者	中学生以上
定員	定員設定なし	定員	10人
会場	渋谷区ふれあい植物センター	会場	渋谷区ふれあい植物センター
参加費等	無料～500円	参加費等	1,000～3,000円
問合せ先	渋谷区ふれあい植物センター 電話：5468-1384 FAX：5468-9385	問合せ先	渋谷区ふれあい植物センター 電話：5468-1384 FAX：5468-9385
備考	施設改修のため2022年より休園予定	備考	施設改修のため2022年より休園予定

## 7月イベントカレンダー

### イベント詳細情報一覧

2 5		2 6	
事業名	渋谷おとなりサンデー	事業名	シニアチアダンス
申込種別	当日会場受付又は事前申込	申込種別	随時申込
副題	オフラインとオンラインの両方の企画を開催（予定）	副題	
内容	コロナ禍における「新しい日常の中で開かれる新しいコミュニティ活動」によるオフライン企画と「渋谷のラジオ」や「WEB」を利用したオンライン企画を開催します。	内容	チアダンスの初心者向け講座
申込期間		申込期間	
開催期間	6月6日（毎年6月第一日曜日） 渋谷おとなりサンデーの日 5月～ オンライン企画開始	開催期間	毎月第2・4（金） 13:00～14:15
対象者	どなたでも	対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人
定員	企画により定員がある場合あり	定員	20人
会場	渋谷区内全域	会場	つばめの里・本町東
参加費等	企画により有料の場合あり	参加費等	65歳以上1,200円、65歳未満1,850円
問合せ先	渋谷おとなりサンデーWEBサイトに掲載 https://shibuya-otonari.jp/	問合せ先	つばめの里・本町東 TEL 6383-3870 FAX 5350-2560
備考	7月以降に開催される企画もあります。渋谷おとなりサンデーWEBサイトをご確認ください。	備考	水分補給の飲み物、運動できる服装、室内用運動靴、マスク・フェイスシールド着用

2 7		2 8	
事業名	シニアチアダンス	事業名	シニアチアダンス
申込種別	随時申込	申込種別	随時申込
副題		副題	
内容	チアダンスの初心者向け講座	内容	チアダンスの初心者向け講座
申込期間		申込期間	6月17日～ 7月6日～
開催期間	毎月第2・4（火） 13:00～14:15	開催期間	毎月第1・3（火） 13:00～14:15
対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人	対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人
定員	20人	定員	15人
会場	ひがし健康プラザ	会場	かなみの杜・渋谷
参加費等	65歳以上1,200円、65歳未満1,850	参加費等	65歳以上1,200円、65歳未満1,850円
問合せ先	ひがし健康プラザ高齢者在宅サービスセンター TEL 5466-2681 FAX5466-2682	問合せ先	かなみの杜・渋谷 TEL 5784-3872 FAX 5784-3876
備考	水分補給の飲み物、運動できる服装、室内用運動靴、マスク・フェイスシールド着用	備考	水分補給の飲み物、運動できる服装、室内用運動靴、マスク・フェイスシールド着用

2 9		3 0	
事業名	若返るダイヤモンド体操	事業名	若返るダイヤモンド体操
申込種別	当日会場受付	申込種別	当日会場受付
副題		副題	
内容	座位・立位・エアロビクス・セラバンドを使用した体操	内容	座位・立位・エアロビクス・セラバンドを使用した体操
申込期間		申込期間	
開催期間	4月6日～3月29日	開催期間	4月6日～3月29日
対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人	対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人
定員	15	定員	15
会場	代官山スポーツプラザ	会場	はつらつセンター参宮橋
参加費等	65歳以上1,200円、65歳未満1,850	参加費等	65歳以上1,200円、65歳未満1,850円
問合せ先	高齢者福祉課サービス事業係 TEL3463-1873 FAX3463-2873	問合せ先	高齢者福祉課サービス事業係 TEL3463-1873 FAX3463-2873
備考	水分補給の飲み物、運動できる服装、室内用運動靴、マスク着用	備考	水分補給の飲み物、運動できる服装、マスク着用

3 1		3 2	
事業名	若返るダイヤモンド体操	事業名	若返るダイヤモンド体操
申込種別	当日会場受付	申込種別	当日会場受付
副題		副題	
内容	座位・立位・エアロビクス・セラバンドを使用した体操	内容	座位・立位・エアロビクス・セラバンドを使用した体操
申込期間		申込期間	
開催期間	4月7日～3月30日	開催期間	4月7日～3月30日
対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人	対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人
定員	9	定員	12
会場	ひがし健康プラザ	会場	地域交流センター代々木の杜
参加費等	65歳以上1,200円、65歳未満1,850	参加費等	65歳以上1,200円、65歳未満1,850円
問合せ先	高齢者福祉課サービス事業係 TEL3463-1873 FAX3463-2873	問合せ先	高齢者福祉課サービス事業係 TEL3463-1873 FAX3463-2873
備考	水分補給の飲み物、運動できる服装、マスク着用	備考	水分補給の飲み物、運動できる服装、マスク着用

## 7月イベントカレンダー

### イベント詳細情報一覧

3 3		3 4	
事業名	若返るダイヤモンド体操	事業名	若返るダイヤモンド体操
申込種別	当日会場受付	申込種別	当日会場受付
副題		副題	
内容	座位・立位・エアロピクス・セラバンドを使用した体操	内容	座位・立位・エアロピクス・セラバンドを使用した体操
申込期間		申込期間	
開催期間	4月7日～3月30日	開催期間	4月1日～3月31日
対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人	対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人
定員	15	定員	15
会場	はつらつセンターケアステーション	会場	恵比寿社会教育館
参加費等	65歳以上1,200円、65歳未満1,850	参加費等	65歳以上1,200円、65歳未満1,850円
問合せ先	高齢者福祉課サービス事業係 TEL3463-1873 FAX3463-2873	問合せ先	高齢者福祉課サービス事業係 TEL3463-1873 FAX3463-2873
備考	水分補給の飲み物、運動できる服装、マスク着用	備考	水分補給の飲み物、運動できる服装、マスク着用
3 5		3 6	
事業名	シルバー人材センター 入会説明	事業名	シルバー人材センター 入会説明会
申込種別	随時申込	申込種別	随時申込
副題		副題	
内容	当センター概要説明 (DVD)、面談	内容	当センター概要説明 (DVD)、面談
申込期間		申込期間	
開催期間		開催期間	
対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人	対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人
定員	10人	定員	10人
会場	総合ケアコミュニティ・せせらぎ	会場	渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ
参加費等	2000円	参加費等	2000円
問合せ先	渋谷区シルバー人材センター 電話：5465-1876 FAX：3466-1874	問合せ先	渋谷区シルバー人材センター 電話：5465-1876 FAX：3466-1874
備考	・マスク着用必須 ・持ち物：筆記用具、事前郵送資料 詳しくはお問合せ先にご確認ください	備考	・マスク着用必須 ・持ち物：筆記用具、事前郵送資料 詳しくはお問合せ先にご確認ください

3 7		3 8	
事業名	なんでもスマホ相談	事業名	なんでもスマホ相談
申込種別	事前申込	申込種別	事前申込
副題		副題	
内容	スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	内容	スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。
申込期間	2021年4月16日～	申込期間	2021年4月16日～
開催期間	毎週(火)(金) 11:30～18:30	開催期間	毎週(月) 9:00～12:00
対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人	対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人
定員	8人/日	定員	4人/日
会場	渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ (渋谷ヒカリエ8階)	会場	地域交流センター恵比寿
参加費等	無料	参加費等	無料
問合せ先	【予約】6451-1418 【問合せ】 (株)渋谷サービス公社 (商工会館) TEL 3406-7641	問合せ先	【予約】3461-3453 【問合せ】 (株)渋谷サービス公社 (商工会館) TEL 3406-7641
備考	・申込は各施設に電話または窓口 ・相談は1人30分程度 (重複予約不可)	備考	・申込は各施設に電話または窓口 ・相談は1人30分程度 (重複予約不可)
3 9		4 0	
事業名	なんでもスマホ相談	事業名	なんでもスマホ相談
申込種別	事前申込	申込種別	事前申込
副題		副題	
内容	スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	内容	スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。
申込期間	2021年4月16日～	申込期間	2021年4月16日～
開催期間	毎週(月) 13:45～16:45	開催期間	毎週(火) 9:00～12:00
対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人	対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人
定員	4人/日	定員	4人/日
会場	地域交流センター新橋	会場	地域交流センター上原
参加費等	無料	参加費等	無料
問合せ先	【予約】3444-0461 【問合せ】 (株)渋谷サービス公社 (商工会館) TEL 3406-7641	問合せ先	【予約】3467-1349 【問合せ】 (株)渋谷サービス公社 (商工会館) TEL 3406-7641
備考	・申込は各施設に電話または窓口 ・相談は1人30分程度 (重複予約不可)	備考	・申込は各施設に電話または窓口 ・相談は1人30分程度 (重複予約不可)

## 7月イベントカレンダー

### イベント詳細情報一覧

4 1		4 2	
事業名	なんでもスマホ相談	事業名	なんでもスマホ相談
申込種別	事前申込	申込種別	事前申込
副題		副題	
内容	スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	内容	スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。
申込期間	2021年4月16日～	申込期間	2021年4月16日～
開催期間	毎週（火）13:45～16:45	開催期間	毎週（水）9:00～12:00
対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人	対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人
定員	4人/日	定員	4人/日
会場	地域交流センター西原	会場	はつらつセンターケアステーション本町
参加費等	無料	参加費等	無料
問合せ先	【予約】3466-0890 【問合せ】 ㈱渋谷サービス公社（商工会館） TEL 3406-7641	問合せ先	【予約】5334-9980 【問合せ】 ㈱渋谷サービス公社（商工会館） TEL 3406-7641
備考	・申込は各施設に電話または窓口 ・相談は1人30分程度（重複予約不可）	備考	・申込は各施設に電話または窓口 ・相談は1人30分程度（重複予約不可）

4 3		4 4	
事業名	なんでもスマホ相談	事業名	なんでもスマホ相談
申込種別	事前申込	申込種別	事前申込
副題		副題	
内容	スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	内容	スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。
申込期間	2021年4月16日～	申込期間	2021年4月16日～
開催期間	毎週（水）13:45～16:45	開催期間	毎週（木）9:00～12:00
対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人	対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人
定員	4人/日	定員	4人/日
会場	地域交流センター笹塚	会場	地域交流センター大向
参加費等	無料	参加費等	無料
問合せ先	【予約】3481-8611 【問合せ】 ㈱渋谷サービス公社（商工会館） TEL 3406-7641	問合せ先	【予約】3466-2131 【問合せ】 ㈱渋谷サービス公社（商工会館） TEL 3406-7641
備考	・申込は各施設に電話または窓口 ・相談は1人30分程度（重複予約不可）	備考	・申込は各施設に電話または窓口 ・相談は1人30分程度（重複予約不可）

4 5		4 6	
事業名	なんでもスマホ相談	事業名	なんでもスマホ相談
申込種別	事前申込	申込種別	事前申込
副題		副題	
内容	スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	内容	スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。
申込期間	2021年4月16日～	申込期間	2021年4月16日～
開催期間	毎週（木）13:45～16:45	開催期間	毎週（金）9:00～12:00
対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人	対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人
定員	4人/日	定員	4人/日
会場	ケアコミュニティ・原宿の丘	会場	地域交流センター代々木の杜
参加費等	無料	参加費等	無料
問合せ先	【予約】3423-8815 【問合せ】 ㈱渋谷サービス公社（商工会館） TEL 3406-7641	問合せ先	【予約】5371-1571 【問合せ】 ㈱渋谷サービス公社（商工会館） TEL 3406-7641
備考	・申込は各施設に電話または窓口 ・相談は1人30分程度（重複予約不可）	備考	・申込は各施設に電話または窓口 ・相談は1人30分程度（重複予約不可）

4 7		4 8	
事業名	なんでもスマホ相談	事業名	
申込種別	事前申込	申込種別	
副題		副題	
内容	スマホの基本操作、メールの送受信、インターネット検索等を相談できます。	内容	
申込期間	2021年4月16日～	申込期間	
開催期間	毎週（金） 13:45～16:45	開催期間	
対象者	区内在住でおおむね60歳以上の人	対象者	
定員	4人/日	定員	
会場	はつらつセンター参宮橋	会場	
参加費等	無料	参加費等	
問合せ先	【予約】5352-8805 【問合せ】 ㈱渋谷サービス公社（商工会館） TEL 3406-7641	問合せ先	
備考	・申込は各施設に電話または窓口 ・相談は1人30分程度（重複予約不可）	備考	