

# 5月



# 江北コミセン お知らせ

悠々館ご利用の際は、入館票のご提示（番号のご記入）をお願いしております 入館票をお持ちでない方は随時発行しますのでお声掛け下さい（還暦を過ぎた方はどなたでもご利用できます）  
マスクの着用は皆様のご判断に委ねますが、混雑時は皆様の安全の為着用を推奨しております

**大好評**

ラジオ体操 午前9時15分より（毎日やってます!）

## 【 住民会議 】

開催日：5月18日 土曜日 午後7時より 大広間にて  
（役員会：5月18日 土曜日 午後6時30分より 集会室にて）



## 【 住区で団らん 】

5月15日(水) 13時30分～15時30分  
ラジオ体操、カラオケなど  
（申込不要 どなたでもご参加できます）

《スクエアステップ教室決定》  
第1・第3(水)9時30分～10時30分  
歩く脳トレ、転倒防止におススメ!  
うまく出来たらハイタッチ ♪♪

## 【 5月の教室 】

## 【 自由参加 】

※申込み：参加希望の教室開催日に直接お越し下さい

教室名	主催	日付	時間
レクダンス	悠々館	18日(土)	10:00～11:30
ミュージックベル		2日・16日(木)	13:30～15:00
スクエアステップ		1日(水)	9:30～10:30
吹矢	悠々部	10日・24日(金)	13:30～15:00
ハピヨガ		28日(火)	13:30～14:30
生け花	女性部	10日・24日(金)	14:00～15:30
手芸		18日(土)・22日(水)	13:30～15:30
カラオケ研修	青壮年部	17日(金)	10:00～11:30
フラダンス		9日・23日(木)	13:30～15:00
健康体操	健康推進部	10日・24日(金)	10:00～11:30

### 毎日実施

- ◎バンパー練習
- ◎囲碁・将棋
- ◎麻雀（予約制）

毎週月曜日のみ 9:30～11:30

- ◎カラオケ練習

適宜の換気にご協力ください

## 《悠々館手芸のお知らせ》

お薬手帳を作成します!

募集人数:20名 参加費:500円

6月最終週を予定しています 詳しくは6月のお知らせで

## ハピヨガ教室

椅子に座ってヨガ体験

毎月第4火曜日 午後1時30分～2時30分

毎回テーマを変えて簡単ヨガ(①ペットボトル飲料/水筒 ②タオルご持参下さい)

5月の休館日	3	4	5	6	12	19	26	27
	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日	日曜日	日曜日	日曜日	清掃日

