

4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（毎日やっています!）

【 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 】

4月17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）

《スクエアステップ体験講座》

3月27日(水) 10時～11時
 歩く脳トレ、転倒防止におススメ!
 （申込不要 どなたでもご参加できます）

【 4月からの教室 】

【 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	6日(土)	10:00～11:30
ハンドベル		4日・18日(木)	13:30～15:00
吹矢	悠々部	12日・26日(金)	13:30～15:00
ハピヨガ		23日(火)	13:30～14:30
生け花	女性部	12日・26日(金)	14:00～15:30
手芸		6日・20日(土)	13:30～15:30
カラオケ研修	青壮年部	5日・19日(金)	10:00～11:30
フラダンス		11日・25日(木)	13:30～15:00
健康体操	健康推進部	12日・26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

《新規教室のご案内》

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（例）肩こりに効くヨガ、リンパヨガなど

※ ご用意頂くもの

- ①ペットボトル飲料又は水筒
- ②タオル

4月の休館日	7	14	21	22	28	29
	日曜日	日曜日	日曜日	掃除日	日曜日	昭和の日

◎ どんなことでもお気軽にお問合せください

発行 令和6年 3月 18日 江北コミュニティセンター 悠々館
 足立区江北2-8-2 Ⅱ:3890-6224 Fax:3890-6293

