

4月青井住区センター

令和6年

春ですね。職員一同、皆さんのお越しをお待ちしています。

★「住区de団らん(4月・5月分)」参加者募集
 募集期間：4月1日(月)～8日(月)
 定員：20名(応募多数の場合は、抽選)
 なお、4月は、4月16日(火)15時、大広間



★「ズンバ」に挑戦しませんか！(女性部企画)
 募集期間：4月2日(火)～10日(水)
 定員：20名(応募多数の場合は、抽選)
 持ち物：室内用靴、タオル、飲み物(但し、ふた付き)
 開催日時等：4月17日(水)10時30分、大広間

★ 4月から始まる教室の＜持ち物等＞です。忘れないようにお願いします。

- ・足から健康体操：ヨガマット、タオル(2枚)
- ・らくらく体操：手ぬぐい
- ・盆踊り：手ぬぐい(1本)
- ・シニアヨガ：ヨガマット
- ・みんなのからか：譜面代(100円/月)
- ・脳トレピクス：ヨガマット、タオル(2枚)
- ・大人のぬり絵：色鉛筆、消しゴム、鉛筆削り(ケース付)
- ・転倒予防体操：ヨガマット、手ぬぐい(1本)
- ・いきいき百歳体操：錘、鉛筆

休館日：7日、14日、15日、21日、28日、29日

日	月	火	水	木	金	土
	1 健康麻雀 13:30	2	3 みんなのからか 13:30	4 転倒予防体操 13:30	5	6 たのしいおどり 教室 13:30
7 ☺	8 健康麻雀 13:30 脳トレピクス 13:30	9 らくらく体操 13:30	10 優雅に太極拳 13:30	11 いきいき百歳体操 10:00	12 俳句教室 13:30	13
14 ☺	15 ☺ 館内清掃日	16 大人のぬり絵 13:30 住区de団らん 15:00	17 ズンバ教室 10:30 みんなのからか 13:30	18 転倒予防体操 13:30	19	20 たのしいおどり 教室 13:30
21 ☺	22 足から健康体操 13:30	23 盆踊り教室 13:30	24	25 シニアヨガ教室 13:30	26 いきいき百歳体操 10:00	27 たのしいおどり 教室 13:30
28 ☺	29 ☺ 昭和の日	30				

★ 教室については、住区センターまでお問合せ下さい。

足立区青井5丁目11番40号101

TEL 3852-3750