

令和8年 中央本町住区センター

悠々館

足立区中央本町3-15-1

TEL・FAX 3852-1434



4月のお知らせ







- 今月開催される教室**
- フラダンス教室
 - シニアのストレッチ
 - 青壮年部カラオケ教室
 - 女性カラオケ教室
 - シルバーカラオケ教室
 - 椅子ヨガ ○ ポツチャ
 - 転倒予防体操
 - 民謡教室



**ヴァイオリン&ピアノ
アフタヌーンコンサート**
出演:ヴァイオリン・月嶋アミ
ピアノ・出川小枝子
4月30日(木)16時開演
4月1日(水)10時から悠々館にて
整理券配布。定員70名

(株)明治
食のなるほど発見セミナー
4月2日(木)
10時半~11時半
定員25名(大広間)
3月2日(月)から受付中

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|---|---|--|--|---|
| <p>月内のイベントは毎月最初の開館日より募集いたします。 ヴァイオリン&ピアノアフタヌーンコンサートは 4/1(水)10時より整理券を配布します。</p> | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| | | | ラジオ体操無 ヴァイオリンコンサート 整理券配布10時~ ポツチャ 13時半~15時半 | ラジオ体操9時半 食のなるほど発見 10時半~11時半 フラダンス 17時~18時半 | ラジオ体操9時半 民謡教室 13時半~15時半 | ラジオ体操9時半 青壮年カラオケ 13時~15時半 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 休館日 | ラジオ体操9時半  | ラジオ体操9時半 椅子ヨガ 10時半~11時半 シルバーカラオケ 12時40分~15時半 | ラジオ体操9時半 転倒予防体操 13時半~ | ラジオ体操9時半  | ラジオ体操9時半 女性カラオケ 13時~15時半 | ラジオ体操9時半 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 休館日 学習センター 休館・停電 | 休館日 (館内整備日) | ラジオ体操無 シルバーカラオケ 12時40分~15時半 | ラジオ体操9時半 ポツチャ 13時半~15時半 | ラジオ体操9時半 フラダンス 17時~18時半 | ラジオ体操9時半 シニアのストレッチ 10時~11時 民謡教室 13時半~15時半 | ラジオ体操9時半 ハンパ一定例試合 9時半~ 青壮年カラオケ 13時~15時半 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 休館日 | ラジオ体操9時半  | ラジオ体操9時半 シルバーカラオケ 12時40分~15時半 | ラジオ体操9時半 転倒予防体操 13時半~ | ラジオ体操9時半 住区de団らん 14時~ | ラジオ体操9時半 女性カラオケ 13時~15時半 | ラジオ体操9時半 青壮年カラオケ 13時~15時半 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |
| 休館日 | ラジオ体操9時半 苑田会 健康講座 14時~15時 | ラジオ体操9時半 椅子ヨガ 10時半~11時半 シルバーカラオケ 12時40分~15時半 | 休館日 昭和の日  | ラジオ体操9時半 ヴァイオリン&ピアノ アフタヌーンコンサート 16時~ 場所:学習センター | <p>今月から椅子ヨガ教室は 第1火曜日、第4火曜日の 2回開催となります。</p> | |

ラジオ体操無は全て無し、ラジオ体操9時半は盆踊り無しです。