

令和7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

9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 (A) (B)
- 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
- 書道教室
- 転倒予防体操
- 民謡教室
- ポツチャ




秋の星座と宇宙の話
ギャラクシティ出張講演
9月11日(木)
午前11時～12時
定員30名(大広間)



9月1日(火)から受付開始

城北ヤクルト
がん予防セミナー
9月18日(木)開催
10時半～11時半
定員30名(大広間)
9月1日(月)から受付開始



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	ラジオ体操9時半 書道教室 10時～12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 13時～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 	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
7	8	9	10	11	12	13
休 館 日	休 館 日 (館内整備日)	シルバーカラオケ 13時～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 秋の星座と宇宙の話 11時～12時 フラダンス 17時～18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 青壮年カラオケ 13時～15時半
14	15	16	17	18	19	20
休 館 日	敬老の日 休 館 日 	ラジオ体操9時半 シルバーカラオケ 13時～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 がん予防セミナー 10時半～11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 (A) (B) 10時～11時 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
21	22	23	24	25	26	27
休 館 日	ラジオ体操9時半 書道教室 10時～12時	休 館 日 秋分の日 	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
28	29	30				
休 館 日 歌声広場 青壮年部 13時～15時 	ラジオ体操9時半 	ラジオ体操9時半 シルバーカラオケ 13時～15時半	月内のイベントは基本的に毎月第一開館日に 受付開始。その他、イベントに関する お問い合わせは 悠々館事務所まで!!!			