

2025年(令和7年度)

悠々館は60歳からご利用できます。

7月の荊江住区センター

足立区西保木間1-2-1-101 電話・FAX:3850-3467

健康推進部企画公演

「健康寿命をのばそう!!」

～元気で長生きするためには?～



講師 小川管理栄養士

おみやげ
付き

日時: 7月 14日(月)

14:00~15:30(受付13:30~)

募集人数: 30名

定員になり次第締め切ります。

申込受付日 7月1日(火)10時~

1月~6月生まれの方



お誕生日お祝い会

日時: 7月19日(土)

10:00~14:00

募集人数: 40名

(定員になり次第締め切ります)

お祝いして下さる方の参加大歓迎!!

申込受付日: 7月 1日(火)10時~

参加される方は全員申込が必要です。

オープンカラオケ

第1・第3火曜日 13時半~

1日

15日

20名

住区de団らん

第2・第4木曜日 13時半~

申込日時

開催日時

参加人数

3日(木)10時~

10日(木)

20名

17日(木)10時~

24日(木)

20名

熱中症対策事業第1弾

「なんでもQ!!」

日時: 7月26日(土)14:00~16:00

募集人数: 20名

(定員になり次第締め切ります)

申込受付日: 7月 1日(火)10時~

参加される方は全員申込が必要です。

いつまでも元気なカラダで過ごそう!

月・金 体操

開催しています。毎週、月曜と

金曜日の10:30~11:30 ※詳しくは、荊江住区センター・事務所まで。

※娯楽室、囲碁盤・将棋盤、用意あります。

休館日	青壮年部				女性部			高年部				悠々館		
6(日)	輪投げ(金)	吹矢教室(木)	書道教室(水)	カラオケ会(水)	筋肉ストレッチ教室(火)	女性麻雀教室(水)	絵手紙教室(木)	写経会(金)	塗り絵会(金)	体幹教室(木)	民謡教室(木)	ゆるゆる体操(月)	健康太極拳(月)	お楽しみ手芸(金)
13(日)														
20(日)														
21(月)														
(海の日)														
22(火)	4日	3日	9日	2日	8日	B A 9 2 日 日	17日	25日	11日	3日	10日	7日	28日	4日
(館内整備日)														
27(日)	18日 13時半	17日 13時半	23日 13時半	16日 13時半	13時半	2316 日 日 13時半	13時半	13時半	13時半	17日 10時半	24日 13時半	13時半	13時半	10時

教室(四月から一年間・定員制)※令和7年度の申込終了