

12月のお知らせ

師走

令和7年
2025年

竹の塚六月住区センター
〒121-0814 足立区六月2-26-3-101

悠々館
電話 3850-3494

住区センターご利用の皆様へ

- ◆マスク着用は、個人の判断を尊重しますが施設内が混雑している時や、基礎疾患のある方はマスク着用を推奨します
- ◆施設貸出 ◇休館日以外日曜・祝日も可能です（貸出時間は9時～21時30分）

◆ 地域包括支援センター六月・悠々館共催

日時 12月10日(水)
10時30分～11時30分

参加無料

あだち脳活ラボに関連した スマホの使い方講座

暮らしの脳トレ、運動・美術・音楽などの動画で
介護予防、認知症予防！



定員制

持ち物：ご自分の使っているスマホをお持ちください

参加申込みは窓口にて12月1日(月)より

定員20名になり次第締切り

理学療法士さんと体操

介護予防教室 ◆ 地域包括支援センター六月・悠々館共催

日時 12月19日(金) 協力 ベストリハ西新井

10時30分～11時30分

定員制

参加申込みは窓口にて12月1日(月)より

定員20名になり次第締切り

住区deティータイム

日時 12月18日(木)

13時30分～15時

◆ 頭の体操他・豆知識満載、う～んそうだったのか

申込みは窓口にて12月1日(月)より定員20名

定員制

健康体操

映像に合わせた楽しい体操

毎週火・木曜日

11時より20分程度 ◆ 当日受付(20名)



定員制

先行情報

新春カラオケの集い

日時 1月17日(土) 13時30分～15時

◆ 懐かしい歌、思い出の歌 フルコーラスで歌ってみませんか？
◆ 楽しいイントロクイズ !!

申込みは窓口にて1月10日(土)より 定員20名

定員制



悠々館主催

健康麻雀広場

カラオケの集い		(初級 9時～11時30分/ 一般 13時～16時30分)		教室名	開催日	開始/終了時間
9時から受付		1日(月)初級	1日(月)一般	輪踊り教室	1日(月)	9時30分～11時30分
6日(土)	午前	8日(月)初級	8日(月)一般	フラダンス	2日(火) 16日(火)	13時30分～15時30分
13日(土)	午前	16日(火)初級	16日(火)一般	レクダンス	11日(木) 25日(木)	13時30分～15時
20日(土)	午前	17日(水)レディース	—	社交ダンス	11日(木) 25日(木)	18時30分～20時30分
27日(土)	休み	22日(月)初級	22日(月)一般	音楽くらぶ	26日(金)	13時15分～14時30分
		12月分の申込みは11月18日(火)9時～				

各部主催教室

教室は年間通しての定員制(3度連絡なく欠席された場合は受講資格がなくなります)

高 年 部	手編み教室	6日(土)	10時～12時	女 性 部	カラオケ教室	1日(月)	13時30分～15時30分
	書道教室	12日(金)	10時～11時30分		料理教室	5日(金)	10時～12時
	詩吟教室	26日(金)	10時～11時30分		生花教室	27日(土)	13時30分～15時30分
青 壮 年 部	絵手紙教室	2日(火)	10時～12時	健 推 進 部	手芸教室	—	—
	ストレッチ教室	3日(水)	13時30分～15時		吹矢教室	10日(水) 24日(水)	13時30分～15時
	バンパー教室	26日(金)	13時30分～15時30分		卓球教室	10日(水) 24日(水)	19時～21時

*料理・生花・手芸は毎回教材費がかかります

今月の休館日	7 日曜日	14 日曜日	15 休館日(月)	21 日曜日	28 日曜日	12/29～1/3 年末年始の休館日
--------	----------	-----------	--------------	-----------	-----------	-----------------------