

6月のお知らせ

水無月

令和8年
2026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）

熱中症対策事業

- ◆ 総務部・悠々館共催

日時 6月27日(土)

13時30分～15時30分

講師 出井芳恵先生

参加申込みは窓口にて6月16日(火)より定員20名

開催予定日 7月25日 8月22日 9月26日

定員制

つくい先生とゆったり、体操 暑い夏に負けない体を準備しましょう!!



足立区 高齢者はつつつ支援課

『ぱく増し』栄養講座

簡単な料理を紹介しながら、楽しい栄養講座を行います

日時 6月9日(火)

13時30分～14時30分

定員40名になり次第締切り

参加申込みは窓口にて6月1日より

定員制

食材の
おみやげ付



住区deティータイム

日時 6月19日(金)

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

定員20名になり次第締切り

参加申込みは窓口にて6月1日より（当日参加も出来ます）

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

輪投げ大会

日時 6月27日(土)

10時～11時30分

参加申込みは窓口にて6月16日(火)より

定員15名 当日の申込みは出来ません

定員制

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 6月19日(金)

協力 ベストリハ西新井

10時30分～11時30分

定員20名になり次第締切り

参加申込みは窓口にて6月1日より

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) | 22日(月) | 10時～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) お休み | 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 |
| | 29日(月)初級 | 29日(月)一般 | | | | |

6月分の申込みは5月19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 | 20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 | 手芸教室 | 26日(金) | 13時30分～15時30分 | |
| | 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 | 18日(木) | 13時30分～15時30分 | 卓球教室 | 10日(水) | 24日(水) | 19時～21時 |

| | | | | | |
|------------|----------|-----------|--------------|-----------|-----------|
| 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 |
|------------|----------|-----------|--------------|-----------|-----------|

※学童保育職員募集中、詳細は竹の塚六月住区センター