

東和住区センター

足立区東和3-12-9 TEL:3628-6206(Fax:6207)



10月のお知らせ



R7.9.25

～ 悠々館ご利用のご案内 ～

健康器具・バンパーのご利用できます。囲碁将棋コーナーもご自由にご利用ください。

開館時間 9:00～17:00

休館日:日曜・祝祭日 ※14(火)は振替休館日(教室は実施)

住区de団らん
(毎月第4月曜日)

開催日:27日(月) 14:00～15:30

17日(金)までにお申込み下さい

東和deラジオ&ダンス
(毎月第2・第4火曜日)

開催日:28日(火) 9:10～11:30

14日は振替休館日のため、お休みです

健康推進部行事

転倒予防体操(指導:健康推進委員他)毎週金曜日(9:10～10:00)

3日・10日・17日・24日・31日(金)

健康ハンドベル教室…隔月第2月曜日(10:00～12:00)

お休みです。次回は11/10(月)

第43回「東和住区まつり」開催

●演芸会【大広間】 11(土) 10:00～16:30

悠々館教室(カラオケ・健康銭太鼓)、悠々部教室(民謡・新舞踊)

青壮年部教室(カラオケ・詩吟・日本舞踊&新舞踊)

●教室作品展示会【大会議室】 11(土)10:00～16:00 12(日)10:30～15:00

悠々館教室(手芸・生花)、悠々部教室(書道)、女性部教室(書道・絵手紙)

●演奏会【学習センター体育館】(当館とは出入口は別) 12(日) 11:00～12:30を予定

・各学校演奏(東洲江小学校金管バンド・北三ジュニアバンド・蒲原中学校吹奏学部)

・東京藝術大学演奏

●茶道体験会【小会議室】 12(日)10:30～15:00(150名様) 受付10:30～定員になり次第終了

●児童館・児童部イベント【児童館ひろば他】 12日(日)10:30～14:00

・工作&ゲーム&昔遊びコーナー ※イベント等変更になる場合がありますのでご了承ください

・焼きそば(11:00頃から)※数に限りがあります。無くなり次第終了とさせていただきます。

「食べてフレイル予防」健康長寿のための栄養講座開催!

日時:24日(金) 10:10～11:10 大広間(筆記用具をご持参ください)

歳をとったら、粗食で良いと思いませんか?フレイル予防のための栄養講座を行います。
タンパク質足りてますか?手軽にできる簡単料理もご提案します。

毎回ご参加ください。1日(水)～受付開始 ※定員になり次第締め切らせていただきます。

※窓口…開館時間内・電話可(3628-6206)…9:00～17:00



グランドゴルフ大会

日時:11月7日(金) 9:00～

場所:中川公園内 人数制限ありませ

ん

申込受付:10月17日(金)～31(金)

ゲートボール大会

日時:11月10日(月) 9:00～

場所:宮元公園内 参加人数:20名様

申込受付:10月20日(月)～31日(金)

雨天時:17日(月)

バンパー大会

日時:10月2日(木) 13:10～

場所:当住区センター大広間

参加人数:30名様

申込受付:終了しています。

10月の教室日程

※祭日・その他諸事情により各教室開催日が変更される場合がありますので、先生・責任者の方にご確認ください。

No	教室名	開催日	時間	No	教室名	開催日	時間	No	教室名	開催日	時間
1	手芸	お休み	10:00	7	民謡	21	13:30	13	絵手紙	21	10:00
2	生花	10	13:30	8	新舞踊(悠々部)	3・17	10:00	14	茶道	3・6・20	13:00
3	カラオケ	1・15	13:30	9	書道(悠々部)	14・28	13:00	15	日本舞踊・新舞踊 (青壮年部)	28	13:00
4	健康銭太鼓	6・27	10:30	10	書道(女性部)	4	13:00	16	カラオケ	10	13:30
5	レクダンス	6	13:30	11	健康体操	14	13:00	17	吹矢	2・16	10:00
6	太極体操	9・23	10:30	12	新舞踊(女性部)	8・22	13:00	18	詩吟	15	10:00

教室随時入室受付中