



佐野住区お知らせ

足立区佐野2-43-5

☎ fax 3628-3277

皆さんお元気ですか！今年も梅雨の時期に入り花菖蒲・紫陽花(アジサイ)の花がきれいに咲き始め
雨の中の美しさが心にしみる季節になりました。

最近の悠々館は「みんなで歌いましょう」「住区で団らん」などがとても人気です。

是非、ご参加ください。 職員一同お待ちしております！

7月の予告

パク増し栄養講座(食べてフレイル予防)

日 時：7月16日(水) 午後1時～3時(筋肉測定 調理指導)

定 員：30名

事前申込：6月11日(水) 午後3時～(健康推進部主催)

講 師：足立区 高齢者地域包括ケア推進課担当
簡単な料理を紹介しながら学べる楽しい栄養講座です。

卓球で楽しみましょう

日 時：集会室利用のない火曜日と土曜日

午前9時30分～12時 定員12名

上履きを必ずご持参ください

悠々館の一般利用について

利用時間：午前9時～午後5時

お昼の食事事も可能となっております

注 意 点：入館時 手の消毒は引き続き実施中

マスクの着用は個人の判断を尊重します。

みんなで歌いましょう

日 時：6月2日(月) 午後1時30分～3時

会 場：大広間で実施致します。定員30名

参加受付は 当日午後1時から行います。

カラオケ練習

日 時：6月3日(火) 午前9時30分～11時30分

会 場：大広間で実施致します。定員25名

参加受付は当日 午前9時30分から行います。

住区で団らん

日 時：6月14日(土) 午後1時30分～3時

申込 開始：5月28日(水)～ 定員22名

申 込 時：名前、住所、電話番号を記入願います。

朝のラジオ体操

日 時：毎週火・水・金・土曜日 午前9時15分～

会 場：大広間 どなたでも参加できます

6月の各教室

主 催	教 室 名	日	程	場 所
悠々部	気 功	2 (月) ・ 16 (月)	午前 9:30～10:30 午前10:30～11:30	大広間
	銭太鼓	10 (火) ・ 24 (火)	午後1:30～3:30	大広間
	カラオケ	19 (木)	午後1:30～3:30	大広間
	民 舞	3 (火) ・ 17 (火)	午後1:30～3:30	大広間
	ストレッチ	20 (金)	午後1:30～3:30	大広間
女 性 部	フラダンス	7 (土) ・ 21 (土)	午後1:00～3:00	大広間
	万葉集	3 (火)	午後1:15～3:15	集会室
	あみもの	2 (月) ・ 16 (月)	午後1:30～3:30	集会室
青壮年部	実用書道	18 (水)	午前10:00～12:00	集会室
	スポーツ吹き矢	10 (火) ・ 24 (火)	午後7:00～9:00	大広間
健康推進部	※ 健康体操	11 (水)	午後1:30～3:30	大広間

※ 健康推進部よりのお知らせ：健康体操時の血圧等身体測定は奇数月に実施 偶数月は身体測定を実施致しません。

休 館 日 1 ・ 8 ・ 9 ・ 15 ・ 22 ・ 29