

令和 6年

弘道住区 5月のお知らせ

足立区弘道2-16-1-101 TEL・FAX 3840-9354

☆☆ 住民会議開催 ☆☆

日時：5月24日(金) 午後6時～
場所：当館 児童館広場
議題：1. 令和5年度事業報告
2. 令和6年度事業計画(案)
3. その他

地域の皆様の会議です。ぜひご参加いただき、
皆様のご意見をお聞かせください。

♥♥《住区de団らん》♥♥

日時：5月25日(土) 午後2時～3時30分
場所：当館 大広間
定員：15名
申込受付：5月14日(火)～5月18日(土)



クロスワードパズルで脳トレ
してみませんか？

ご参加お待ちしております。

<次月のご案内>



食べてフレイル予防 『栄養講座』



歳をとったら、粗食で良いと思いませんか？

フレイルを防ぐ健康長寿のための栄養講座です。多数のご参加、お待ちしております

日時：6月3日(月)午後2時～3時00分 持ち物：筆記用具
場所：当館 大広間 定員：25名
申込受付：5月27日(月)～6月1日(土)

「ぱく増し」実行中

* 筋肉上げマッスル測定会実施中(第1木曜)

※催事・イベントの申込は事務所窓口にて(9時～16時)受付ます。(定員になり次第締め切りです。)

《5月の教室・・・事前に登録されている方が対象の教室です》

	教室名	開催日	曜日	時間	
悠々部	民舞教室	17日 24日	金	13:30～15:00	
	バンパー教室	16日	木	13:30～15:00	
	ゲートボール教室	11日 18日	土	9:30～11:45	
女性部	カラオケ教室	11日 18日	土	13:30～15:30	
	フラダンス教室	17日 31日	金	9:30～10:30	
	生花教室	28日	火	13:30～14:30	
健康推進部	転倒予防 体操	第1・3グループ 7日 21日	火	13:30～14:30	
		第2・4グループ 14日 28日		13:30～14:30	
	スポーツウエルネス吹矢教室	1日 15日	水	13:30～15:00	
悠々館	太極拳教室	9日 (第2木曜日グループ) 23日 (第4木曜日グループ)	木	13:30～14:45	
	弘道de げんき体操	9:20～コース	木・土	9:20～9:55	
		10:10～コース		2日 11日 18日 25日	10:10～10:45
		11:00～コース		9日 16日 23日	11:00～11:35
	弘道 de 脳トレ	16日	木	14:00～15:00	

休館日

3日 4日 5日 6日 12日 13日 19日 26日
憲法記念日 みどりの日 こどもの日 振替休日 (日曜日) 館内整理日 (日曜日) (日曜日)