

10

令和7年

月のお知らせ

令和7年9月16日作成

島根住区センター

足立区島根4-19-1-101

電話・FAX 3850-9966

住区まつりのお知らせ

10月5日(日)9時30分から13時
カラオケ・フラ・踊り・ベルなど教室の
練習の成果を発表してもらいます
また喫茶コーナーでゆっくりお茶を
飲みながら書道・俳画・俳句・華道
などの展示をお楽しみください

介護予防事業

「認知症予防の体操」

10月21日(火)
10時30分から11時30分
講師：會見 達也先生

ラジオ体操

休館日を除く毎日実施

9:40～10:00



日	月	火	水	木	金	土
	5日(日) みなさん 遊びに来て ください		1 民謡教室 13:30～15:30	2 カラオケ教室 13:30～15:30	3	4 華道教室 14:00～15:30
5 住 区 ま つ り	6 休館日 住区まつりの振り替え	7 楽しい健康舞踊 13:30～15:00	8 フラダンス 13:30～15:00 ※笑顔でリズム体操 18:30～20:00	9 ベルの会 10:00～11:30 卓球しよっと 10:00～11:30 ※カラオケ広場 13:30～15:30	10 ※スポーツ吹き矢 10:00～12:00	11
12 休 館 日	13 スポーツの日	14 休館日 (館内整理日)	15 ※ぬり絵教室 10:00～11:30 ※ボッチャ 13:30～15:00	16 カラオケ教室 13:30～15:30	17 楽しい盆踊り 13:30～14:30	18 初級麻雀 受付9時 健康麻雀 受付13時 俳句教室 13:30～15:30
19 休 館 日	20 ※パズルde脳トレ 10:00～11:00 太極拳教室 10:00～11:30 ※みんなでカラオケ 13:30～15:30 書道教室 19:00～21:00	21 ※介護予防事業 「認知症予防の体操」 10:30～11:30 楽しい健康舞踊 13:30～15:00	22 俳画教室 10:00～11:30 フラダンス 13:30～15:00	23 ベルの会 10:00～11:30 卓球しよっと 10:00～11:30 ※カラオケ広場 13:30～15:30	24 ※スポーツ吹き矢 10:00～12:00 銭太鼓教室 13:30～15:30	25 初級麻雀 受付9時 健康麻雀 受付13時
26 休 館 日	27 書道教室 19:00～21:00	28 バンパー教室 10:00～11:30 ふれあい健康クラブ 10:30～11:45 健・幸体操 14:00～15:00	29 ※折り紙しよっと 14:00～15:00	30	31	

悠々館は60歳以上の方がご利用になれます。※のついた事業は予約なしで参加可能です。利用時間 午前9:00 ～ 午後5:00