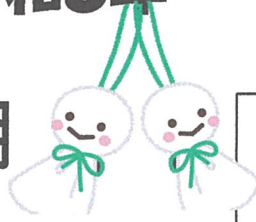


6

令和8年

月



島根住区センター

足立区島根4-19-1-101

電話・FAX3850-9966

ラジオ体操
毎日実施（休館日を除く）
9:40～10:00

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	※パズルde脳トレ 10:00～11:00 社交ダンス教室 13:30～15:30 書道教室 19:00～21:00	楽しい健康舞踊 13:30～15:00 	民謡教室 13:30～15:30 ※笑顔でリズム体操 18:30～20:00	カラオケ教室 13:30～15:30 	深呼吸ヨガ 10:30～11:30	朝顔まつり 詳細は掲示板を ご確認ください
7	8	9	10	11	12	13
休館日	休館日 (館内整理日)	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 14:00～15:30 華道教室 14:00～15:30	フラダンス 13:30～15:00 住区deふれあい メッセージ ボード作り 10:00～11:30 (申込制)	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	スポーツ吹き矢 10:00～12:00 銭太鼓教室 13:30～15:30 	アトリエ島根 (編み物) 9:30～11:30
14	15	16	17	18	19	20
休館日	※パズルde脳トレ 10:00～11:00 書道教室 19:00～21:00 新規利用者拡大事業 10:00～12:00	楽しい健康舞踊 13:30～15:00 	※ぬり絵教室 10:00～11:30 ※ポッチャ 13:30～15:00	カラオケ教室 13:30～15:30 	深呼吸ヨガ 10:30～11:30 楽しい盆踊り 13:30～14:30	初級麻雀 受付9時 健康麻雀 受付13時 俳句教室 13:30～15:30
21	22	23	24	25	26	27
休館日	太極拳教室 10:00～11:30 	バンパー教室 10:00～11:30 ふれあい健康クラブ 10:30～11:45	フラダンス 13:30～15:00 俳画教室 10:00～11:30 ※大人の折り紙教室 14:00～15:00	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	※スポーツ吹き矢 10:00～12:00 銭太鼓教室 13:30～15:30	初級麻雀 受付9時 健康麻雀 受付13時
28	29	30				

新規利用者拡大事業

病院に行くほどでもないそのお悩
み理学療法士さんに聞いてみよう!
日時:6月15日(月)10:00～12:00
場所:島根住区センター 大広間
定員:20名(予約制)

住区deふれあい
メッセージボード作り
(中級者向け)
6月10日(水)
10:00～11:30
募集人数:10名(予約制)

朝顔まつり

日時:6月6日(土)
9時30分開演
場所:島根住区センター 大広間
各教室の練習の成果を発表
します 皆様のご来館をお待ち
しております