

扇住区センター悠々館

7月のお知らせ

健康ひろば

フレイル予防講座

講師:米倉脊柱・関節病院

7/23(木) 13:30~

予約不要(こぞって参加下さい)

*7/14(火)より受付開始

8/5(水) 13:30~ "ばく増し" 栄養講座 定員:30名

教室名	主催	日付	時間	場所
舞踊教室	悠々部	7日・21日(火)	13:30~15:30	大広間
民謡教室		休 止		
コーラス教室		8日・22日(水)	9:30~11:30	大広間
ヨガ教室(日別制)		1日・15日(水)	10:00~11:30	大広間
生花教室(日別制)	女性部	2日・16日(木)	18:30~20:30	集会室
料理教室(二部制)		11日(土)	11:00~15:30	集会室
ちぎり絵教室		18日(土)	9:30~11:30	集会室
カラオケ教室	青壮年部	4日・18日(土)	13:30~15:30	大広間
ダンス教室		9日・23日(木)	18:30~20:30	2F広場
転倒予防体操	推進健康部	6日・27日(月)	13:30~15:30	大広間
スポーツ吹き矢		14日・28日(火)	13:30~15:30	大広間
体操教室	悠々館	3日・17日(金)	13:30~15:30	大広間
ミュージックベル教室		10日・24日(金)	10:30~12:00	集会室

*8月の教室はお休みです

マスク着用は皆様の判断に委ねますが、混雑時は着用を推奨します。

扇住区センター悠々館 足立区扇1-47-38 TEL・FAX 3896-0688

お休み 5(日) 12(日) 13(月) 19(日) 20(月) 26(日)

館内整理日

海の日

シニアセミナー

命を守る水!!

見直そう! 水分補給

7月24日(金)

13:30~14:30

講師:(株)明治

定員:45名

(予約制)

監査会

7/16(木)

18:30~

運営委員会

7/21(火)

19:00~

*8月は役員会・運営委員会はありません

住区de団らん

15日(水)

14:00~15:30

フリーカラオケ

2日・16日(木)

13:30~15:30