

1月のお知らせ



新春のお慶びを申し上げます
本年も宜しくお願ひ申し上げます



★新春『カラオケ大会』を開催します。

- ・実施日:1月11日(土)午前9時半～午後3時半 《定員70名》
- ・受付日:12月9日(月)午前9時～事務窓口

※詳細は館内掲示をご覧ください。



健康学習講座☆運動編☆ 『タオルとイスを使って楽しくストレッチ』

- ・実施日:1月18日(土)13時～14時半(受付は12時半) ・詳しくは館内掲示にてご確認ください
- ・受付日:12月16日(月)午前9時～(事務窓口にて) ・講師:小池 美代子先生(足立区公認スポーツ指導員)

★教室開催日の変更があります

- ・よさこい 13日(月) ⇒ 6日(月)
- ・住区de団らん 18日(土) ⇒ 25日(土)

※1月の各教室は休講となります

※予定は変更になる場合がありますのでご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土
本年度は、すべての教室が一年間の定員制(60歳以上対象)になります。 教室の申込みは受けませんが、定員オーバー教室は補欠になります。			1 休館日 元旦	2 休館日	3 休館日	4 おはよう体操 9時～10時 住区de団らん 13時～15時半
5 休館日	6 おはよう体操 9時～10時 よさこい体操 10時～11時 カラオケ広場 13時～15時半 バンパー会 13時～15時半	7 ソフトダーツ会 13時～15時	8 おはよう体操 9時～10時 脳健康教室 9時半～12時 カラオケ仲間 13時～15時半	9 囲碁将棋会 オセロ会 13時～15時半	10 盆踊り 10時～11時半 囲碁将棋会 オセロ会 13時～15時半	11 新春カラオケ大会 9時半～15時半
12 休館日	13 休館日	14 転倒予防体操 13時半～14時半	15 おはよう体操 9時～10時 フレイル測定会 10時～11時 脳健康教室 9時半～12時	16 フリーカラオケ 13時～15時 (自由参加)	17 囲碁将棋会 オセロ会 13時～15時半	18 おはよう体操 9時～10時 健康学習講座(運動編) 13時～14時半
19 休館日 館内整備日	20 おはよう体操 9時～10時 カラオケ広場 13時～15時半 バンパー会 13時～15時半	21 ソフトダーツ会 13時～15時	22 おはよう体操 9時～10時 脳健康教室 9時半～12時 カラオケ仲間 13時～15時半	23 囲碁将棋会 オセロ会 13時～15時半	24 盆踊り 10時～11時半 囲碁将棋会 オセロ会 13時～15時半	25 おはよう体操 9時～10時 住区de団らん 13時～15時半
26 休館日	27 おはよう体操 9時～10時 よさこい体操 10時～11時 歌ごえ広場 13時～15時	28 転倒予防体操 13時半～14時半	29 おはよう体操 9時～10時	30 フリーカラオケ 13時～15時 (自由参加)	31 囲碁将棋会 オセロ会 13時～15時半	