

令和8年

南花畑住区センター



笑顔が元気なんぱた住区

9月のお知らせ

足立区南花畑3-14-7
TEL・FAX 03(3859)9868

- ・田口先生の健康講座 フレイル・ロコモ体力測定会
9月4日(金)13:30～ 予約制 定員40名
- ・遊悠クラブ 8日(火)13:30～15:00 歌・体操・ゲーム
定員制(25名)・予約制です。申込期間9月1日～ 住区センター窓口へお申し込みください。
※ 定員になりましたら、締め切らせていただきます。
- ・住区de団らん 25日(金)13:30～15:00 歌・体操・ゲーム
定員制(25名)・予約制です。申込期間9月15日～ 住区センター窓口へお申し込みください。
※定員になりましたら、締め切らせていただきます。
- ・防災訓練 9月 9日(水)16:00～ 避難訓練・消火訓練等

日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
		グランドゴルフ教室 8:30～10:30 カラオケ教室 13:30～15:00	パンバー教室 9:30～11:00 肩甲骨体操教室A 10:00～11:30 肩甲骨体操教室B 13:30～15:00 フラワーアレンジメント 教室A 19:00～20:30	みんなで体操 10:00～11:30 (自由参加)	輪投げ教室 10:00～11:30 健康講座・体力測定会 13:30～15:00	
6	7	8 グランドゴルフ教室 8:30～10:30 ストレッチ教室 10:00～11:30 遊悠クラブ 13:30～15:00	9 パンバー教室 9:30～11:00 ゆったり動こう教室A 10:00～11:30 防災訓練 16:00～	10 ダーツ教室 10:00～11:30 フラダンス教室 10:00～11:30	11 コーラス教室 10:00～11:30	12
13	14	15 グランドゴルフ教室 8:30～10:30 カラオケ教室 13:30～15:00	16 パンバー教室 9:30～11:00 フラワーアレンジメント 教室B 19:00～20:30	17 みんなで体操 10:00～11:30 (自由参加)	18 輪投げ教室 10:00～11:30	19
20	21	22 休館日	23 敬老の日	24 国民の休日	25 秋分の日	26
27	28	29 グランドゴルフ教室 8:30～10:30 ストレッチ教室 10:00～11:30	30 パンバー教室 9:30～11:00 ゆったり動こう教室B 10:00～11:30			

カラオケ一般開放 : 毎週月・木曜日の14:00～15:30 (住区センターの都合により休みになることがあります)

ラジオ体操 : 毎週月・木曜日の13:45～ 行います。

囲碁・将棋 : 日程につきましては住区センター窓口にお問い合わせください。

ロビー利用について

*ロビーは平日の9:00～17:00 どなたでも自由にご利用になれます。

*悠々館の開館時間は、9:00～17:00 です。

*悠々館のご利用は、60歳以上の方が対象になります。

*来館時は、手指の消毒・自宅での検温をお願いします。マスク着用を推奨します。

※教室は令和8年3月に申込済の方が対象です。

防災訓練はどこだー

訓練頑張るぞー

