

令和 7

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5日(金) 13:30～どなたでも参加できます。

・遊悠クラブ 9日(火) 13:30～15:00 歌・体操・ゲーム

定員制(30名)・予約制です。申込期間8月30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 26日(金) 13:30～15:00 歌・体操・ゲーム

定員制(30名)・予約制です。申込期間9月18日～ 住区センター窓口へお申し込みください。

※秋の交通安全運動に伴う 自転車の交通安全講習もあります

※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10日(水) 16:00～ 避難訓練・消火訓練等

日	月	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
		グラウンドゴルフ教室 8:30～10:30 カラオケ教室 13:30～15:00	バンパー教室 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	
7	8	9 グラウンドゴルフ教室 8:30～10:30 ストレッチ教室 10:00～11:30 遊悠クラブ 13:30～15:00	10 バンパー教室 9:30～11:00 ゆったり動こう教室A 10:00～11:30 防災訓練 16:00～	11 ダーツ教室 10:00～11:30 フラダンス教室 10:00～11:30	12 コーラス教室 10:00～11:30	13
14	15	16 館内整理日	17 バンパー教室 9:30～11:00 フラワーアレンジメント 教室B 19:00～20:30	18 みんなで体操 10:00～11:30 (自由参加)	19 輪投げ教室 10:00～11:30	20
21	22	23 秋分の日	24 バンパー教室 9:30～11:00 ゆったり動こう教室B 10:00～11:30	25 ダーツ教室 10:00～11:30 フラダンス教室 10:00～11:30	26 コーラス教室 10:00～11:30 住区de団らん 13:30～15:00	27
28	29	30 グラウンドゴルフ教室 8:30～10:30 ストレッチ教室 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7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

