



# 6月の悠々館



足立区保塚町7-16 電話・FAX 3858-1876

## ぱく増し栄養講座

6月5日(金)

午前11時～午前12時

大広間にて



## ●住区de団らん

6月9日(火)午後4時30分～

麻雀を始めた人の体験会10

詳細は事務所へお尋ねください。

6月22日(月)午前10時～

内容 寅さんシリーズ上映

申込は事務所にお尋ねください。

## 口腔フレイルと認知症対策

7月3日(金) 11:00～12:00

地域包括支援センターツ家さん主催

受付6月5日(金)より先着30名(定員)

## フリー麻雀開催中

第1～第4 木、金、土

※行事等(準備含む)の場合を除く

午後1時30分～午後4時30分

娯楽室 ※予約制

## 8月の納涼歌謡祭

開催日: 8月1日(土)

午前10時～

申込は7月2日(木)より

午前9時から午後5時まで自由にご利用できます。(ただし、満60歳以上が対象です。)

なお 教室等にご利用できない日もありますので事務所までご確認ください。

※ 当館をご利用の際は靴下を履くようにお願いします。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5	6
		10:00 コーラス教室	9:30 フリーカラオケ 13:30 新舞踊教室	10:00 書道教室 10:00 フラダンス教室 13:30 大人の塗り絵教室 13:30 フリー麻雀	10:00 武居先生による チベット体操 11:00 <b>ぱく増し 栄養講座</b> 13:30 フリー麻雀 19:00 ダンス教室	9:30 フリーカラオケ 13:30 フリー麻雀
7	8	9	10	11	12	13
休館日	13:30 大正琴教室 18:00 健康体操教室	13:30 カラオケ教室 16:30 住区de団らん	9:30 フリーカラオケ	13:30 フリー麻雀	13:30 フリー麻雀 19:00 ダンス教室	9:30 フリーカラオケ 10:00 料理教室 13:30 フリー麻雀
14	15	16	17	18	19	20
休館日	休館日 (館内整理日)	10:00 コーラス教室	9:30 フリーカラオケ 13:30 新舞踊教室	10:00 書道教室 10:00 フラダンス教室 13:30 大人の塗り絵教室 13:30 フリー麻雀	10:00 健康ダンス 13:30 フリー麻雀 19:00 ダンス教室	9:30 フリーカラオケ 13:30 フリー麻雀
21	22	23	24	25	26	27
休館日	10:00 住区de団らん 13:30 大正琴教室 18:00 健康体操教室	13:30 カラオケ教室	9:30 フリーカラオケ	13:30 大人の塗り絵教室 13:30 フリー麻雀	13:30 フリー麻雀 19:00 ダンス教室	9:30 フリーカラオケ 13:30 フリー麻雀
28	29	30	<h1>6月</h1>			
休館日						

※ 遠方からのご来館の際は、なるべく自家用車ではなく公共交通機関のご利用をお願いします。

※ なお、予告なく内容を変更する場合があります。