綾瀬住区センター 悠々館

7月のお知らせ

足立区綾瀬3-17-9 TEL/FAX 03-3628-9908 発行日 2025.6.16

★マスク着用は個人の判断を尊重します。手の消毒、換気にご協力をお願い致します。★

☆☆ 健康講座 ☆☆

「脳トレと体操」

講師 多胡 肇

日時 7月4日(金)13:30～

定員 25名(定員になり次第締)

只今、受付中!!

☆☆復活!!住区de団らん☆☆

日時 7月29日(水) 16:30～

場所 集会室

食事代 500円

定員 15名(定員になり次第締)

※6月17日10時より受付開始

☆☆ 住区de体操 ☆☆

◆7月3日(木)10:30～

◆7月17日(木)10:30～

《自由参加》

☆☆住区deティータイム☆☆

日時 7月8日(火) 13:30～

定員 15名(定員になり次第締切)

※6月17日10時より受付開始

《熱中症をぶっとばせ!!》

深井真理子先生

日時 8月2日(土)13:30～

定員 30名(定員になり次第締切)

※7月10日10時より受付開始

熱中症対策してますか？

こまめに水分補給をしましょう！

ウォーターサーバーを
ご用意しております。
お気軽にご利用ください。

小学校夏休み期間中は、大広間を
子育てサロンに開放いたします。

時間 10時～12時

但し教室、イベント等ある場合は
中止となります。ご了承願います。
尚、娯楽室は使用できます。
皆様のご協力よろしくお願い致します。

【7月の教室予定表】

教室名		実施日	曜日	時間	場所
青壮年部	書道	5・19	土	10:00～	集会室
	音楽アラカルト	16	水	13:30～	集会室
	コーラス	9	水	13:30～	集会室
女性部	生花	18	金	10:00～	集会室
	フラダンス	1	火	13:30～	集会室
	着付け	14	月	10:00～	大広間
悠々部	いきいきボイス	10	木	10:30～	集会室
	新舞踊	3・17	木	10:00～	大広間
健康推進部	吹矢	3・17	木	13:30～	集会室
	転倒予防体操	11・25	金	13:30～	大広間
	脳トレ	14・28	月	10:30～	集会室
悠々館	リフレッシュダンス	16・30	水	10:30～	集会室
	やさしいヨガ	24	木	10:00～	大広間
総務部	あやせ(学習)塾	7	月	18:30～	集会室

【持参物】やさしいヨガ:ヨガマット・タオル/リフレッシュダンス:タオル

注)教室は、4月から1年間の定員制となります。

注)教室は状況により、中止/日程変更になる場合があります。

☆悠々館 一般利用のご案内☆

開館時間 9:00から17:00まで

- 60歳以上の方が利用できます。
- 利用するには登録(入館票)が必要です。(無料)
- ご利用の際には、入館票のご提示をお願いいたします。

休館日

日曜日・祝日・館内整理日

年末年始 (12月29日から1月3日まで)

バンパーの日
火・木・土 木曜日は午後の部のみ
卓球の日
月・水・金 月/金曜日は午前の部のみ
囲碁・将棋の日
月・水・木・土 午後の部のみ

※イベント等で中止になる場合があります。ご了承願います。

☆☆ カラオケ広場 ☆☆

日時 7月14日・28日(月)

13:30～15:00

13時15分受付開始

お一人様2曲まで

(リクエスト受付13時45分終了)

※定員になり次第締切ります。(定員15名)

マッサージ機・ヘルストロン

ご利用出来ます。

《入館に際してのご注意》

発熱のある方、体調不良の方の
入館はご遠慮下さい。

- マスク着用は個人の判断を尊重します。
- 手の消毒
- 適時の換気
- ゴミ/私物は各自でお持ち帰り下さい。

ゴミは持ち帰りましょう

【7月の休館日】

6(日) 13(日) 20(日) 21 海の日 22 館内整理 27(日)

※ご不明な点がございましたらお問合わせ下さい。