

5月のお知らせ(皐月)

栗原北住区センター

電話・FAX(お問い合わせ先)

3899-8761

令和7年4月20日 足立区栗原4丁目19-15

健康体操

5月21日(水)

時間: 13:30~

申込: 4/28~

定員: 30名



5月より新年度の

教室がスタート
いたします



♪ みなさん、一年間
よろしくお願い
致します♪

気功の集い

5月15日(木)

時間: 13:30~

申込: 4/17~

定員: 30名



日	月	火	水	木	金	土
「バンパー」ってご存じですか？ 「バンパー」とは簡単にいうとビリヤードを小さくしたものです。とても楽しいゲームです 初心者の方も、親切・丁寧に教えますのでぜひご参加下さい 時間：午後1時～3時30分（金曜日を除く）				1 水墨画教室 13:30～15:30	2 おりがみ教室 10:00～12:00 パッチワーク教室 13:30～15:30 太極拳の集い 13:30～14:30	3 憲法記念日
4 みどりの日	5 子どもの日 	6 振替休日 	7 なかよしの集い 10:00～11:00	8 フラダンス教室 10:00～11:30 書道教室 13:30～15:30	9 まあるいダツツガ教室 10:00～11:30 ペン習字教室 13:30～15:30 太極拳の集い 13:30～14:30	10 うちわ なかよしの集い 10:00～11:00 ふれあいコーラス 13:30～15:00
11 休館日 	12 マッスル測定 転倒予防体操 10:00～11:00 カラオケ教室 13:30～15:30 健康マージャン 13:30～16:30	13 なかよしの集い 10:00～11:00 ストレッチ体操教室 13:30～14:30 卓球教室 19:00～21:00	14 水墨画教室 13:30～15:30 気功の集い 13:30～14:45	15 レクダンス教室 10:00～11:30 太極拳の集い 13:30～14:30	16 カラオケ広場 13:00～15:00	17 うちわ なかよしの集い 10:00～11:00 ふれあいコーラス 13:30～15:00
18 手ぬぐい なかよしの集い 10:00～11:00 真向法体操教室 13:30～14:30	19 マッスル測定 9:30～10:00 転倒予防体操 10:00～11:00	20 なかよしの集い 10:00～11:00 健康体操 13:30～14:30 パッチワーク教室 13:30～15:30	21 フラダンス教室 10:00～11:30 書道教室 13:30～15:30	22 まあるいダツツガ教室 10:00～11:30 太極拳の集い 13:30～14:30	23 うちわ なかよしの集い 10:00～11:00 ふれあいコーラス 13:30～15:00	24 なかよしの集い 10:00～11:00 ふれあいコーラス 13:30～15:00
25 なかよしの集い 10:00～11:00 真向法体操教室 13:30～14:30	26 転倒予防体操 10:00～11:00 カラオケ教室 13:30～15:30 健康マージャン 13:30～16:30	27 手ぬぐい なかよしの集い 10:00～11:00 ストレッチ体操教室 13:30～14:30 生花教室 13:30～15:30 卓球教室 19:00～21:00	28 「  ごあんない」	29 太極拳の集い 13:30～14:30	30 カラオケ広場 13:00～15:00	31 カラオケ広場 13:00～15:00

第2・4の土曜日に『ふれあいコーラス』を実施しております。
自由参加ですので、ぜひご参加下さい

ごあんない

第2・4の土曜日に『ふれあいコーラス』を
実施しております。
自由参加ですので、ぜひご参加下さい

【休館日】3日(土)~6日(火)、11日(日)、12日(月)休館日、18日(日)、25日(日)

☆交通事故に注意しましょう。住区の前の道路は危険です。信号のある横断歩道を渡りましょう。