




小さな輪が大きな和になる

4月 鹿浜住区のお知らせ

〒123-0864 足立区鹿浜6-8-1 電話:FAX (3857) 6550



—健康体操のお知らせ—
 場所 住区センター 悠々館大広間
 日時 4月24日(水) 午後1時30分
 講師 渡辺先生
 『暖かくなってくる時期、
 体をほぐしましょう。』

予告 
 5月8日(水)
 わかば
 ウォーキング

2024年度フレッシュな気持ちで
 各教室が始まります。色々チャレンジ!!
 今年度も多彩なイベントを企画します。
 概要は、その都度お知らせに掲載します。
 ご期待下さい。そして参加してみてください。
最初は、健康体操から。

※「入館に際してのご注意」 発熱のある方、体調不良の方のご入場はご遠慮下さい。

※対象年齢60歳以上 各教室開催時間は2時間です。 ※入館証の登録まだの方は、登録をお願いします。

詳細(申し込み等)は、当住区センターまでお問い合わせ下さい。

発行日 令和6年3月12日

日	月	火	水	木	金	土
	1 バンパー 9:00 たんぼぼ 9:30 輪踊り 13:00 バンパー 13:30 書道 13:30	2 バンパー 9:00 囲碁・将棋 13:00 はなみずき (ぬりえ会) 13:30	3 卓球 13:00 住区で団らん13:30 ※憩いのサロン	4 バンパー 9:00 レクダンス(自主練) 10:00 囲碁・将棋 13:00	5 バンパー 9:00 麻雀 9:30 麻雀 13:00 フラダンス 13:30	6 囲碁・将棋 9:00 カラオケ練習会 13:30
7 民謡教室 10:00	8 バンパー 9:00 たんぼぼ 9:30 輪踊り 13:00 バンパー 13:30	9 バンパー 9:00 吹矢 9:30 生花(女性部) 10:00 囲碁・将棋 13:00 カラオケ教室 18:00	10 手芸 10:00 卓球 13:00 転倒予防体操 13:30	11 バンパー 9:00 レクダンス(ヨガ) 10:00 囲碁・将棋 13:00	12 バンパー 9:00 麻雀 9:30 麻雀 13:00 みんなの歌広場 13:00	13 囲碁・将棋 9:00 あじさい会 13:30
14	15 バンパー 9:00 バンパー 13:30 書道 13:30	16 バンパー 9:00 吹矢教室 9:30 囲碁・将棋 13:00 はなみずき	17 卓球 13:00 住区で団らん13:30 ※憩いのサロン	18 バンパー 9:00 レクダンス教室 10:00 生花(悠々館) 10:00 囲碁・将棋 13:00	19 バンパー 9:00 麻雀 9:30 麻雀 13:00 フラダンス 13:30	20 囲碁・将棋 9:00 カラオケ練習会 13:30
21 民謡教室 10:00	22 休館日	23 バンパー 9:00 囲碁・将棋 13:00 カラオケ教室 18:00	24 卓球 13:00 健康体操 (転倒予防体操) 13:30	25 バンパー 9:00 囲碁・将棋 13:00	26 バンパー 9:00 麻雀 9:30 麻雀 13:00 みんなの歌広場 13:00	27 囲碁・将棋 9:00 あじさい会 13:30
28 	29 昭和の日	30 バンパー 9:00 囲碁・将棋 13:00 				