

小さな輪が大きな和になる

# 6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

## ● 神先生の健康体操

日時 6月10日(水)  
場所 悠々館大広間 午後1時30分

## ● 栄養講座

日時 6月24日(水)  
場所 悠々館大広間 午後2時00分  
募集 40名

## 地区別カラオケ大会

日時 6月28日(日)  
午後1時30分から  
場所 悠々館 大広間  
応援見学に来てください


## 明治の食育健康講座

日時 6月30日(火)  
午後1時30分から  
場所 悠々館大広間  
募集 40名  
(5月27日から定員になり次第締切)  
熱中症対策「食のなるほど発見セミナー」

※対象年齢60歳以上 各教室開催時間は2時間です。

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8年5月14日

日	月	火	水	木	金	土
	1 バンパー 9:00 卓球(自主) 13:00 たんぼぼ 10:00 輪踊り 13:00 バンパー 13:30 書道教室 13:30	2 バンパー勉強会 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 健康麻雀 9:30 健康麻雀 13:00 フラダンス 13:30	6 カラオケ練習会 13:30
7 民謡教室 10:00	8 バンパー 9:00 卓球(自主) 13:00 たんぼぼ 10:00 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 卓球 13:00 神先生の健康体操 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 健康麻雀 9:30 健康麻雀 13:00 みんなの歌広場 13:00	13 あじさい会 13:30
14 	15 バンパー 9:00 卓球(自主) 13:00 バンパー 13:30 書道教室 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 (ぬりえ会) 13:30	17 生花(悠々館) 10:00 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 囲碁・将棋 13:00	19 バンパー 9:00 健康麻雀 9:30 健康麻雀 13:00 フラダンス 13:30	20 カラオケ練習会 13:30
21 民謡教室 10:00	22 <b>休館日</b> <b>バンパー大会</b> <b>9:00</b>	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 転倒予防 13:30 栄養講座 14:00	25 バンパー 9:00 囲碁・将棋 13:00	26 バンパー 9:00 健康麻雀 9:30 健康麻雀 13:00 みんなの歌広場 13:00	27 あじさい会 13:30
28 地区別カラオケ大会 13:30	29 バンパー 9:00 卓球(自主) 13:00 バンパー 13:30	30 バンパー勉強会 9:00 明治の食育講座 13:30				