

令和8年2月 新田住区センター 悠々館のお知らせ

今回は
『腰編』です

令和 8年1月20日発行

新田住区センター悠々館 足立区新田2-2-2 TEL:3912-3421

日常生活をラクにする体操体験会

開催日 2月25日(水) 午前10時から11時30分
会場 大広間
定員 30名(60歳以上の方)
申し込み 2月24日まで(受付中)

節分会 開催!

開催日 2月3日(火)
午前11時15分から
会場 大広間
みんなで邪気を払いましょう

パラリンピックでお馴染み

ポッチャ

2月18日(水) 午前10時から11時30分
定員 12名(60歳以上の方)
申し込み 1月22日から2月17日まで

ボードゲームで楽しむ

住区de団らん

2月19日(木) 午後1時30分から3時
定員 8名(60歳以上の方)
申し込み 1月19日から2月18日まで

ソフトダーツ

準備がありますので午後1時15分に集まってください

2月28日(土) 午後1時30分から3時30分
定員 14名(60歳以上の方)
申し込み 1月26日から2月27日まで

2月

- * 【教室】は4月開講 1年間の申し込み制です
- * カラオケ(月)とカラオケ(火)はどちらか1つのみの参加となります
- * 8月は第2週、第3週の教室、講座はお休みです。

毎朝9時30分から大広間でラジオ体操
とキンコンカン体操をしています。
ぜひお気軽にご参加ください

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休館日	ほのぼの体操 (10:00~11:30) カラオケ(月) (13:15~15:45)	転倒予防体操 (10:00~11:00) 節分会(11:15~12:00) カラオケ(火) (13:15~15:45) 写経(13:30~15:00)	囲碁・将棋(終日)	【教室】民謡 (10:00~11:30)	ぬりえ(10:00~11:30) 【教室】フラダンス (13:30~14:30)	囲碁・将棋(終日) 【青壮年部 教室】カラオケ (13:15~15:45)
8	9	10	11	12	13	14
休館日	館内整理日 (休館)	輪投げ(9:30~12:00) 転倒予防体操 (10:00~11:30) カラオケ(火) (13:15~15:45)	建国記念日 (休館)	【教室】スポーツ吹矢 (9:45~11:30) 【教室】書道(10:00~12:00) 【悠々部 教室】カラオケ (13:15~15:45)	健康ゆるゆる体操 (10:00~11:30)	囲碁・将棋(終日)
15	16	17	18	19	20	21
休館日	ほのぼの体操 (10:00~11:30) カラオケ(月) (13:15~15:45)	転倒予防体操 (10:00~11:30) カラオケ(火) (13:15~15:45) 切り絵(13:30~15:00)	囲碁・将棋(終日) ポッチャ (10:00~11:30)	茶道(9:00~12:00) 【教室】民謡 (10:00~11:30) 住区de団らん (13:30~15:00)	ぬりえ(10:00~11:30) 【教室】フラダンス (13:30~14:30)	囲碁・将棋(終日) 【青壮年部 教室】カラオケ (13:15~15:45)
22	23	24	25	26	27	28
休館日	天皇誕生日 (休館)	輪投げ(9:30~12:00) 転倒予防体操 (10:00~11:30) カラオケ(火) (13:15~15:45)	囲碁・将棋(終日) 編みもの(13:30~15:30) 日常生活を楽にする体操 (10:00~11:30)	【教室】スポーツ吹矢 (9:45~11:30) 【教室】書道(10:00~12:00) 【悠々部 教室】カラオケ (13:15~15:45)	健康ゆるゆる体操 (10:00~11:30) 輪踊り(13:30~15:30)	囲碁・将棋(終日) ソフトダーツ (13:30~15:30)

* 新年度に向けて、各教室・講座で体験ができます。この機会にお試ししてみませんか。
詳しくは事務所までお問い合わせください。