



令和8年

悠々館

11月のお知らせ

千住あずま住区センター
千住東2-21-18
☎・FAX 3882-1218

日中のぽかぽかとしたお日様がより暖かくかんじられる程に朝晩が冷え込み、晩秋の気配が深まるようになりました。
悠々館では様々な楽しい行事を行い皆様のご来館を心よりお待ちしております！

行事名	日にち	定員	講師名	場所	申込日
健康麻雀(中級)	11月7日(土)	12名		大広間	申込 11/2 *発表11/4
健康麻雀(初級)	11月21日(土)	12名		大広間	申込 11/16~17 *発表11/18
簡単ストレッチ	11月9日(月)	30名	渡辺由美子先生	3階集会室	自由参加!!
カラオケ教室	11月4日・18日(水)	40名	松本秀世先生	大広間	随時受付中
歌謡体操	11月10・17・24日(火)	30名	歌に合わせて体操を	大広間	自由参加!!
貯筋運動	11月12日(木)	12名	簡単な筋トレ	大広間	自由参加!!
舞トレ	11月13日(金)	30名	乃梨子先生	大広間	自由参加!!
フリーカラオケ	11月11日・25日(水)			大広間	自由参加!!
住区de団らん	11月14日・28日(土)	18名	ゲーム(ダーツ)	大広間	自由参加!!
笑いヨガ	11月19日(木)	20名	長澤由利先生	3階集会室	自由参加!!
筋肉上げマッスル	11月24日(火)	40名	健康推進部	4階集会室	自由参加!!
うたごえ広場	11月26日(木)	50名	鶴澤麻衣子先生	大広間	自由参加!!
拡大事業コンサート	11月20日(金)	50名	ロザシャン	3階集会室	自由参加!!
手芸教室	11月27日(金)	15名	千支飾り	4階集会室	申込 11月9日~

~ グランドゴルフ ~ 始まります!!

少人数のグループに分かれて
楽しくプレーしましょう!!
詳細は館内ポスター
又は事務所にて



手芸教室

日時: 11月27日(金) 定員: 15名
材料費 600円(申込時徴収)
来年のえと(未年)の飾りを作ります
台紙をお持ちでない方は台紙代400円が追加になります。
場所: 4階集会室 午後1時30分~
申込日: 11月9日(月) 午前9時から
お申し込みはご来館にて



~新規拡大事業コンサート~

60歳以下も参加OKです

11月20日(金) 午後1:30 ~

3階集会室 自由参加!!

出演 Rosalia chante la Douce Douleur
(通称 ロザシャン) ヴィジュアル系ユニット
きれいなお兄さんが演奏する
昭和歌謡・懐かしの映画音楽



日	月	火	水	木	金	土
1 休館	2 フラダンス(悠々部) 3階 午前10:00 書道(女性部) 4階 午前10:00	3 休館 文化の日	4 カラオケ教室 大広間 午後1:30	5	6 書道(悠々部) 4階 午前10:00	7 健康麻雀(中級) 大広間 午後1:00
8 休館	9 生花(女性部) 4階 午前10:00 簡単ストレッチ 3階 午後1:30	10 歌謡体操 大広間 午後1:30 転倒予防体操 3階 午後1:30 茶道(女性部) 3階 午後7:00	11 茶道(悠々館) 3階 午前9:30 フリーカラオケ 大広間 午後1:30	12 貯筋運動 大広間 午後1:30	13 体幹骨盤教室 3階 午前10:00 舞トレ 大広間 午後1:30	14 住区de団らん ダーツ 大広間 午後1:30
15 休館	16 フラダンス(悠々部) 3階 午前10:00 ミュージックベル 4階 午後1:30	17 歌謡体操 大広間 午後1:30 吹き矢教室(青壮年部) 3階 午後2:00 茶道(女性部) 3階 午後7:00	18 茶道(悠々館) 3階 午前9:30 カラオケ教室 大広間 午後1:30	19 笑いヨガ 3階 午後1:30	20 新規利用者 拡大事業コンサート 3階 午後1:30	21 健康麻雀(初級) 大広間 午後1:00 スポーツ教室 (児童部) 3階 午後1:30
22 休館	23 休館 勤労感謝の日	24 転倒予防体操 3階 午後1:30 歌謡体操 大広間 午後1:30 筋肉上げマッスル 4階 午後2:00	25 フリーカラオケ 大広間 午後1:30	26 うたごえ広場 大広間 午後1:30	27 手芸教室 4階 午後1:30	28 住区de団らん ダーツ 大広間 午後1:30
29 休館 館内整理日	30					