



2026年

悠々館

# 3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

暖かい陽ざしが春のおとずれを感じさせます。重いコートをぬいで新しい事にチャレンジしてみませんか？



\* 悠々館の一般ご利用は午前9時から午後5時まで一日を通してご利用できます。

## 早春のつどい



♪チンドンドンチンドン♪

千住あずまに

チンドン屋さんがやってくる!!

楽しいパフォーマンスや  
懐かしの昭和歌謡の数々を  
一緒に楽しみましょう

日時:3月13日(金)

午後1:30~

場所:3階 集会室

定員:50名

自由参加



行事名	日時	定員	講師名	場所	申込日
貯筋運動	3月5日(木)	12名	簡単な筋トレ	大広間	自由参加!
早春のつどい	3月13日(金)	50名		3階集会室	自由参加!
住区de団らん	3月7日(土)	18名	ゲーム(ダーツ)	大広間	自由参加!
住区de団らん	3月21日(土)	18名	ゲーム(ダーツ)	大広間	自由参加!
簡単ストレッチ	3月16日(月)	40名	渡辺由美子先生	3階集会室	自由参加!
笑いヨガ	3月19日(木)	20名	長澤由利先生	3階集会室	自由参加!
筋肉上げマッスル測定会	3月24日(火)	50名	健康推進部	4階集会室	自由参加!
うたごえ広場	3月26日(木)	50名	鶴沢麻衣子先生	大広間	自由参加!

\* 行事の開始時間はすべて午後1時30分からです。

\* 申し込みが必要な悠々館事業は、  
午前9時~午後5時まで、事務所にてご来館またはお電話にて受付ます。

令和8年度

\* 教室生徒募集受付\*

申込用紙配布:3月2日(月)~9日(月)

申込用紙提出:3月2日(月)~9日(月)

抽選結果発表:3月16日(月)以降

結果はセンター掲示 ☆個別連絡はしません

	教室名
悠々部	フラダンス 転倒予防体操
	書道 体幹骨盤ストレッチ
女性部	書道 茶道 生花
青壮年部	吹き矢
悠々館	茶道 ミュージックベル

日	月	火	水	木	金	土
1 休館	2 書道(女性部) 4階 午前10:00 フラダンス(悠々部) 3階 午前10:00	3 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	4 茶道(悠々館) 3階 午前9:30 カラオケを 楽しむ会 大広間 午後1:30	5 貯筋運動 大広間 午後1:30	6 書道(悠々部) 4階 午前10:00	7 住区de団らん 大広間 午後1:30
8 休館	9 生花(女性部) 4階 午前10:00	10 歌謡体操 大広間 午後1:30 転倒予防体操 3階 午後1:30 (悠々部)	11 カラオケを楽しむ会 大広間 午後1:30	12	13 体幹骨盤ストレッチ (悠々部) 3階 午前10時 早春のつどい 3階 午後1:30	14
15 休館	16 フラダンス(悠々部) 3階 午前10:00 簡単ストレッチ 3階 午後1:30	17 歌謡体操 大広間 午後1:30 茶道(女性部) 3階 午後7:00	18 茶道(悠々館) 3階 午前9:30 カラオケを楽しむ会 大広間 午後1:30	19 笑いヨガ 3階 午後1:30	20 休館 春分の日	21 住区de団らん 大広間 午後1:30
22 休館 館内整理日	23 ミュージックベル 4階 午後1:30	24 筋肉上げマッスル測定会 (健康推進部) 4階 午後2:00 歌謡体操 大広間 午後1:30 転倒予防体操 3階 午後1:30 (悠々部)	25 カラオケを楽しむ会 大広間 午後1:30	26 うたごえ広場 大広間 午後1:30	27	28
29 休館	30	31 	* 4月のカラオケ教室の申し込みは 3月24日(火)から受け付けます			