

令和 7年度

4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

新年度になりました。気持ちも新たに住区センターの事業に参加してみませんか？

春のうららかな陽射しが心地よい今日この頃。住区センターでは、歌、踊り、体操など様々な事業を行っています
ご自分に合う事業がきっと見つかります。



- * 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。
- * ご来館時には手・指の消毒”にご協力をお願いします。

カラオケ教室

日時：4/2(水)、4/16(水)
5/7(水)、5/21(水)

午後1時30分～定員：40名

講師：松本秀世先生

申込日：3月24日(月)～受付

* 課題曲を4回の練習で
完成させます。

(3/24(月)に申し込まれた方は
4回の練習日に参加できます。)

行事名	日にち	定員	講師名	場所	申込日
カラオケ教室	4/2(水)、4/16(水) 5/7(水)、5/21(水)	40名	松本秀世先生	大広間	3月24日(月)
住区de団らん	4月12日(土)	20名	ゲーム(ポッチャ)	大広間	自由参加!
住区de団らん	4月26日(土)	20名	ゲーム(ダーツ)	大広間	自由参加!
貯筋運動	4月10日(木)	12名	簡単な筋トレ	大広間	自由参加!
簡単ストレッチ	4月14日(月)	40名	渡辺由美子先生	3階集会室	自由参加!
笑いヨガ	4月17日(木)	20名	長澤由利先生	3階集会室	自由参加!
あずま寄席	4月18日(金)	50名	千寿亭の皆様	3階集会室	自由参加!
筋肉上げマッスル測定会	4月22日(火)	50名	健康推進部	4階集会室	自由参加!
うたごえ広場	4月24日(木)	50名	鶴沢麻衣子先生	大広間	自由参加!

～住区de団らん～

新しくポッチャをはじめます。

誰でも出来る♥

ボールを投げて蹴ってもOK!!
パラリンピックでも種目として採用

* 日時：4月12日

午後1:30～ ポッチャ

* 日時：4月26日

午後1:30～ ダーツ
各：20名

あずま寄席

日時：4月18日(金)

午後1時30分～

場所：3階 集会室

自由参加!!

落語芸術協会所属

瀧川 鯉朝 師匠 ご来館!

- * 悠々館事業はすべて午後1時30分からです。
- 申込が必要な事業は午前9時から午後5時まで
ご来館またはお電話にて受付ます。
- * 悠々館の事業はすべて見学ができます。
- 職員にお申し付けください。

ラジオ体操

曜日別のくくりはなくなりましたのでいつでも

ご自由に参加してください。

皆様のご参加お待ちしております。

日	月	火	水	木	金	土
		1 歌謡体操 大広間 午後1:30 吹き矢教室 3階 午後2:00 (青壮年部)	2 カラオケ教室 大広間 午後1:30	3	4 書道(悠々部) 4階 午前10:00	5
6 休館	7 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	8 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	9 茶道(悠々館) 3階 午前9:30 カラオケA 大広間 午後1:30	10 貯筋運動 大広間 午後1:30	11 体幹・骨盤 ストレッチ 教室 (悠々部) 3階 午前10:00	12 住区de団らん 大広間 午後1:30 ポッチャ
13 休館	14 生花(女性部) 4階 午前10:00 簡単ストレッチ 3階 午後1:30	15 歌謡体操 大広間 午後1:30	16 カラオケ教室 大広間 午後1:30	17 笑いヨガ 3階 午後1:30	18 あずま寄席 3階 午後1:30	19
20 休館	21 フラダンス (悠々部) 3階 午前10:00	22 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 筋肉上げマッスル 測定会 4階	23 茶道(悠々館) 3階 午前9:30 カラオケB 大広間 午後1:30	24 うたごえ広場 大広間 午後1:30	25	26 住区de団らん 大広間 午後1:30 ダーツ
27 休館 館内整理日	28 ミュージックベル 4階 午後1:30	29 休館 昭和の日	30			