

6月のお知らせ

梅雨入りのニュースが気になる季節になりました。雨のおかげで緑もひときわ鮮やかに目に映ります。さあ、お気に入りの傘をさして出かけましょう！住区センターはいつでも皆様をお待ちしております。



* 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。

フリーカラオケ(水曜日)

日時: 6月3日、10日、17日、24日
午後1:30~4:00

場所: 大広間

楽しいひと時をお過ごしください

〜 パク増し栄養講座〜 (健康推進部)

フレイルを防ぐ、健康長寿の
ための栄養講座

日時: 6月9日(火)
午後 2:00~3:00

場所: 4階集会室

定員: 40名

申込日: 6月2日(火)~

行事名	日にち	定員	講師名	場所	申込日
健康麻雀	6月6日(土)	12名	フリー麻雀	大広間	当日抽選
健康麻雀	6月20日(土)	12名	フリー麻雀	大広間	当日抽選
簡単ストレッチ	6月8日(月)	40名	渡辺由美子先生	3階集会室	自由参加!
舞トレ	6月12日(金)	20名	乃梨子先生	大広間	自由参加!
大人の折り紙(中級)	6月8日(月)	15名	やすだえみこ先生	3階集会室	6月1日(月)
大人の折り紙(初級)	6月26日(金)	15名		3階集会室	6月19日(金)
貯筋運動	6月11日(木)	12名	簡単な筋トレ	大広間	自由参加!
住区de団らん	6月13日(土)	16名	ゲーム(ダーツ)	大広間	自由参加!
住区de団らん	6月27日(土)	16名	ゲーム(ダーツ)	大広間	自由参加!
笑いヨガ	6月18日(木)	20名	長澤由利先生	3階集会室	自由参加!
うたごえ広場	6月25日(木)	50名	鶴澤麻衣子先生	大広間	自由参加!

大人の折り紙

あじさい・傘 中級以上

6月8日(月) 午後1:30~
3階集会室 定員15名
申込日 6月1日(月)~



コウノトリ 初級

6月26日(金) 午後1:30~
3階集会室 定員15名
申込日 6月19日(金)~



健康麻雀

初心者対象ではありません

詳細は館内ポスターをご覧ください

日時: 6月6日(土) 20日(土)
午後1:00~4:00

場所: 大広間

定員: 12名(3卓)

当日受付

(参加人数が多い場合は抽選となります)



日	月	火	水	木	金	土
	1 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	2 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	3 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	4	5 書道(悠々部) 4階 午前10:00	6 健康麻雀 大広間 午後1:00
7 休館	8 生花(女性部) 4階 午前10:00 大人の折り紙(中級) 3階 午後1:30 簡単ストレッチ 3階 午後1:30	9 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) パク増し栄養講座 4階 午後2:00	10 フリーカラオケ 大広間 午後1:30	11 貯筋運動 大広間 午後1:30	12 体幹骨盤教室 (悠々部) 3階 午前10:00 舞トレ 大広間 午後1:30	13 住区de団らん ダーツ 大広間 午後1:30
14 休館	15 フラダンス(悠々部) 3階 午前10:00	16 歌謡体操 大広間 午後1:30 茶道(女性部) 3階 午後7:00	17 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	18 笑いヨガ 3階 午後1:30	19	20 健康麻雀 大広間 午後1:00
21 休館	22 ミュージックベル (悠々館) 4階 午後1:30	23 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)	24 フリーカラオケ 大広間 午後1:30	25 うたごえ広場 大広間 午後1:30	26 大人の折り紙(初級) 3階 午後1:30	27 住区de団らん ダーツ 大広間 午後1:30
28 休館 館内整理日	29	30	*申し込みが必要な事業は 午前9時から午後5時までご来館またはお電話にて受け付けます			