令和8年度

悠々館

7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

これから本格的な猛暑がやってきますが今のうちから鋭気を養って暑さにそなえましょう

＊ 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。

♡あずま寄席♡
笑って暑さを吹き飛ばせ！
最後のお楽しみは、
落語芸術協会所属
瀧川鯉朝師匠 登場！！
日時：7月17日（金）
午後1時30分～
場所：3階集会室
自由参加！！

行事名	日にち	定員	講師名	場所	申込日
健康麻雀	7月4日（土）	12名	フリー麻雀	大広間	当日抽選
健康麻雀	7月18日（土）	12名	フリー麻雀	大広間	当日抽選
舞トレ	7月10日（金）	20名	乃梨子先生	大広間	自由参加！！
住区de団らん	7月11日（土）	20名	ゲーム（ダーツ）	大広間	自由参加！！
住区de団らん	7月25日（土）	20名	ゲーム（ダーツ）	大広間	自由参加！！
貯筋運動	7月9日（木）	12名	簡単な筋トレ	大広間	自由参加！！
簡単ストレッチ	7月13日（月）	40名	渡辺由美子先生	3階集会室	自由参加！！
笑いヨガ	7月16日（木）	20名	長澤由利先生	3階集会室	自由参加！！
あずま寄席	7月17日（金）	50名	千寿亭の皆様	3階集会室	自由参加！！
うたごえ広場	7月23日（木）	50名	鵜澤麻衣子先生	大広間	自由参加！！

舞トレ
日本舞踊の動きを
取り入れた健康体操
日時：7月10日（金）
午後1時30分～
場所：大広間
自由参加
持ち物 扇子

お知らせ（予告）
8月折り紙（中級）
開催日時：8月10日（月）
午後1時30分～
定員15名
8月より中級折り紙は抽選となります
応募期間
7月27日（月）～31日（金）
抽選発表は、8月1日（土）
お電話又は館内ポスターをご覧ください

健康麻雀 未経験者はご遠慮ください
午後1時～4時 場所：大広間
日時：7月4日（土）
中級者 6/29(月)30(火)申込受付 7/1(水)抽選発表
日時：7月18日（土）
初級者 7/13(月)14(火)申込受付 7/15(水)抽選発表
定員：各日とも12名（3卓）
午後1時に卓番号抽選始めます
遅刻厳禁!!
詳細は館内ポスターをご覧ください
申し込み抽選発表ともにお電話又はご来館にて

日	月	火	水	木	金	土
			1 フリーカラオケ 大広間 午後1：30	2	3 書道（悠々部） 4階 午前 10:00	4 健康麻雀 大広間 午後1：00
5 休館	6 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	7 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	8 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	9 貯筋運動 大広間 午後1：30	10 体幹・骨盤ストレッチ 3階 午前10：00 舞トレ 大広間 午後1：30	11 住区de団らん （ダーツ） 大広間 午後1：30
12 休館	13 生花（女性部） 4階 午前10:00 簡単ストレッチ 3階 午後1：30	14 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）	15 フリーカラオケ 大広間 午後1：30	16 笑いヨガ 3階 午後1：30	17 あずま寄席 3階 午後1：30	18 健康麻雀 大広間 午後1：00
19 休館	20 休館 海の日	21 歌謡体操 大広間 午後1：30 茶道（女性部） 3階 午後7:00	22 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	23 うたごえ広場 大広間 午後1：30	24	25 住区de団らん （ダーツ） 大広間 午後1：30
26 休館 館内整理日	27 フラダンス（悠々部） 3階 午前 10:00 ミュージックベル （悠々館） 4階 午後1：30	28 歌謡体操 大広間 午後1：30 転倒予防体操 （悠々部） 3階1：30	29	30	31	

申込が必要な悠々館の事業は、
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。