



9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

暑い日が続いています。”暑さ、寒さも彼岸まで”。お彼岸のころには、自然と暑さもやわらいできます。
秋は、そこまで来ています。



* 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。

大人の工作

日時: 9月26日(金)
午後1時30分より
場所: 4階 集会室
費用: 無料
帽子型のマスコットをつくります
受付: 9月5日(金)～申込受付
定員: 15名



行事名	日にち	定員	講師名	場所	申込日
貯筋運動	9月11日(木)	12名	簡単な筋トレ	大広間	自由参加!!
笑いヨガ	9月11日(木)	20名	長澤由利先生	3階集会室	自由参加!!
敬老の集い	9月12日(金)	100名	ビンゴゲーム	3階集会室	自由参加!!
住区de団らんA	9月13日(土)	18名	ゲーム(ポッチャ)	大広間	自由参加!!
うたごえ広場	9月18日(木)	50名	鶴澤麻衣子先生	大広間	自由参加!!
簡単ストレッチ	9月22日(月)	30名	渡辺由美子先生	3階集会室	自由参加!!
大人の工作	9月26日(金)	15名	帽子型のマスコット	4階集会室	9/5(金)より
住区de団らんB	9月27日(土)	18名	ゲーム(ダーツ)	大広間	自由参加!!
筋肉上げマッスル	9月30日(火)	40名	健康推進部	4階集会室	自由参加!!
歌謡体操	2. 9.16. 30日(火)	30名	歌に合わせて体操を	大広間	自由参加!!

今月の
カラオケ教室
はお休みです



防災訓練

日時 9月25日(木)
午後 3:00～4:00
場所 館庭 大広間 自由参加



敬老の集い

ビンゴゲームで盛り上がりよう!

日時: 9月12日(金)

午後1時30分～

場所: 3階集会室 自由参加!!

賞品もあります



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 カラオケ 大広間午後1:30 茶道(悠々館) 3階 午前10:00	4	5 書道(悠々部) 4階 午前10:00	6
7 休館	8 生花(女性部) 4階 午前10:00	9 歌謡体操 大広間午後1:30 転倒予防体操 3階1:30(悠々部)	10 カラオケ 大広間午後1:30	11 笑いヨガ 3階 午後1:30 貯筋運動 大広間午後1:30	12 敬老の集い 3階 午後1:30 体幹・骨盤ストレッチ 3階 午前10:00	13 住区de団らんA 大広間 午後1:30
14 休館	15 休館 敬老の日	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10:00 カラオケ 大広間午後1:30	18 うたごえ広場 大広間 午後1:30	19	20
21 休館	22 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 簡単ストレッチ 3階 午後1:30	23 休館 秋分の日	24 カラオケ 大広間午後1:30	25 防災訓練 館庭・大広間 午後3:00～4:00	26 大人の工作 4階 午後1時30分	27 住区de団らんB 大広間 午後1:30
28 休館 館内整理日	29	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 転倒予防体操 3階1:30(悠々部)	* 悠々館の事業はすべて見学が可能です。職員にお申し付けください。 * 悠々館事業の始まりはすべて午後1時30分からです。 * 悠々館の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。			

