



4月のおしらせ

神明住区センター
足立区神明南2-6-19

電話・FAX 03-5682-5089

悠々館のご利用時間
9:00~17:00

☆来館の際は悠々館入館受付簿に
記入をお願いします。

- | | | | |
|-------|--|---|---------------------------|
| 1(火) | 書道教室 10:00 | フラワーアレンジメント教室 14:00 | 住区de団らん 13:30(自由参加 定員20名) |
| 2(水) | フラダンス教室 13:30 | | |
| 3(木) | 健康シニアヨガ教室 13:30 | | |
| 4(金) | ギターde青春歌謡教室 14:00 | | |
| 5(土) | 料理教室 10:30 | | |
| 6(日) | カラオケ教室 13:30 | | |
| 7(月) | レクダンス教室 10:30 | やさしいストレッチ教室 13:30 | |
| 8(火) | | | |
| 9(水) | 民謡教室 13:30 | | |
| 10(木) | ストレッチ教室 13:30 | | |
| 11(金) | いきいき体操 13:30(自由参加 定員25名) | | |
| 12(土) | | | |
| 13(日) | | | |
| 14(月) | | | |
| 15(火) | カラオケ広場 (自由参加 定員25名 13:00受付 13:30開始) | | |
| 16(水) | | | |
| 17(木) | 委員会 19:00 | | |
| 18(金) | 趣味の集い【ボッチャ】13:30(自由参加 定員20名) | | |
| 19(土) | | | |
| 20(日) | | | |
| 21(月) | | | |
| 22(火) | | | |
| 23(水) | わくわく運動教室 13:30 | 血圧測定・盆踊り・朗読・脳トレ・歌
ハンドベル 盛りだくさんで楽しいです | |
| 24(木) | | | |
| 25(金) | 健康講座 13:30(自由参加 定員30名) | | |
| 26(土) | | | |
| 27(日) | | | |
| 28(月) | 館内整理日 | | |
| 29(火) | | | |
| 30(水) | | | |

利用者様へのお願い

・入館時の手指消毒

朝の体操 (自由参加)

月・火・木 9:30~9:45

・ラジオ体操

・キンコンカン体操

グラウンド・ゴルフ大会

44回

日時 5月10日(土)9:30

場所 雪見公園

受付 4月16日(水)9:00~

定員 48名(雨天時 5月17日(土)に延期)

今年度も筋肉上げ
マッスル測定会
やります!

「カラオケ広場」へ カラオケ練習の
名称変更します

時間はこれまで通り 第3火曜日に行います
聞きに來るだけでもOKです
皆様 奮ってご参加下さい



青壮年部主催

ワイワイウォーキング

日時: 5月18日(日) 9:00~

場所: 未定

受付: 4/22(火)~5/10(土)

定員: 30名

参加費: 1,000円(受付時)

(お弁当・お茶代)

同好会は 各教室で決定しますので掲載しておりません

休館日 6.....13.....20.....27.....28.....29

館内整理日 昭和の日