



9月のおしらせ

悠々館のご利用時間
9:00~17:00

神明住区センター
足立区神明南2-6-19
電話・FAX 03-5682-5089

☆来館の際は悠々館入館受付簿に記入をお願いします。

利用者へのお願い
・入館時の手指消毒

- | | | |
|-------|--|--|
| 1(月) | レクダンス教室 10:30 やさしいストレッチ教室 13:30 | |
| 2(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) | |
| 3(水) | フラダンス教室 13:30 防災訓練15:30 | |
| 4(木) | 健康シニアヨガ教室 13:30 | |
| 5(金) | ギターde青春歌謡教室 14:00 | |
| 6(土) | 料理教室 10:30 | |
| 7(日) | カラオケ教室 13:30 | |
| 8(月) | やさしいストレッチ同好会 13:30 | |
| 9(火) | | |
| 10(水) | 民謡教室 13:30 | |
| 11(木) | ストレッチ教室 13:30 | |
| 12(金) | いきいき体操 13:30(自由参加 定員25名) | |
| 13(土) | 敬老の集い 13:30 | |
| 14(日) | 落語高座(青壮年部主催) 13:30 | |
| 15(月) | | |
| 16(火) | 敬老の日交流会 10:30 カラオケ広場 13:00受付 13:30開始(自由参加 定員25名) | |
| 17(水) | フラダンス同好会 13:30 | |
| 18(木) | 役員会 19:00 | |
| 19(金) | 趣味の集い【ボッチャ】13:30(自由参加 定員20名) | |
| 20(土) | | |
| 21(日) | カラオケ同好会 13:30 | |
| 22(月) | 館内整理日 | |
| 23(火) | | |
| 24(水) | わくわく運動教室 13:30 | |
| 25(木) | | |
| 26(金) | 健康講座 13:30(自由参加 定員30名) | |
| 27(土) | | |
| 28(日) | | |
| 29(月) | | |
| 30(火) | 体組成計ベジチェック測定会 13:30 | |

44回

グラウンド・ゴルフ大会

日時 10月11日(土)集合8:30
場所 雪見公園
受付 9月16日(火)9:00~
定員 48名(雨天時 10月18日(土)に延期)

自由にご利用下さい

マッサージ機・スカイウェル・バンパー
輪投げ・ダーツ・囲碁・将棋

青壮年部主催

ワイワイウォーキング

日時: 10月12日(日) 9:30~
場所: コース検討中
受付: 9/16(火)~10/2(木)
定員: 30名
参加費: 1,000円(申込時)
(お弁当・お茶代)

新規利用者拡大事業

「おもしろ測定会」

---元気な身体づくり---

日時: 10月1日(水)10:00~11:30
受付: 9月12日(金) 9:00~
定員: 24名
講師: コーチングバリュー協会
市川友紀子先生

休館日 7・・・14・・・15・・・21・・・22・・・23・・・28

敬老の日

館内整理日 秋分の日