

# 6月のお知らせ



西伊興住区センター  
 悠々館電話・FAX3896-7362  
 足立区西伊興1-12-12

## <熱中症対策事業> 演芸交流会

民謡・舞踊などの各教室の皆様が  
 日頃の練習の成果を披露します。  
 日時 6月20日(土) 13時30分～16時迄  
 場所 大広間

※観覧申込みは、不要です。  
 ご自由にお楽しみ下さい。

## 「ばく増し」 栄養講座

・おいしい食事の話  
 ・超簡単料理の実演  
 日付 6月13日(土)  
 時間 10時30分～11時30分  
 場所 大広間  
 受付 当日会場にて受付します

## 住区 de 団らん

日付 6月22日(月)  
 時間 15:00～16:30迄  
 定員 20人  
 受付 6月9日(火)～13日(土)迄  
 ※事務所窓口で受け付けします。  
 申込み多数の場合、抽選となります。



## 体組成測定会

日時 6月26日(金)10時15分～11時30分  
 受付 6月12日(金)～ 当日まで  
 ※記録表をつくります。事前受け付けをお願いします。

日	月	火	水	木	金	土
	<b>1</b> 卓球サークル 10:30～12:30 歌広場 13:15～15:45	<b>2</b> バンパー愛好会 10:15～11:30 民謡教室(青壮年部) 13:30～15:30	<b>3</b> 陶芸教室 13:00～16:00 健康ダンス同好会 13:30～15:00 フラワアレンジメント教室 18:30～20:30	<b>4</b> フラダンス同好会 10:30～12:00	<b>5</b> 卓球教室 10:30～12:30 舞踊教室 13:30～15:30	<b>6</b>
<b>7</b>	<b>8</b> <b>休館日</b> 	<b>9</b> 転倒予防体操教室 10:15～11:45 フラダンス同好会 13:30～15:30	<b>10</b> スポーツ吹矢教室 13:30～15:00 カラオケ教室 15:30～17:30	<b>11</b> 健康気功教室 10:15～11:30 歌広場 13:15～15:45	<b>12</b> 絵手紙同好会 13:00～15:00	<b>13</b> 民謡教室(シニア部) 13:00～15:00 <b>栄養講座</b> 10:30～11:30
<b>14</b>	<b>15</b> 卓球サークル 10:30～12:30 歌広場 13:15～15:45	<b>16</b> バンパー愛好会 10:15～11:30 民謡教室(青壮年部) 13:30～15:30	<b>17</b> 健康ダンス同好会 13:30～15:00	<b>18</b> 折り紙教室 10:00～12:00	<b>19</b> 卓球教室 10:30～12:30 水墨画同好会 13:30～15:30	<b>20</b> <b>演芸交流会</b> 13:30～16:00
<b>21</b>	<b>22</b> <b>住区 de 団らん</b> 15:00～16:30	<b>23</b> 転倒予防体操教室 10:15～11:45 編み物教室 13:30～15:30	<b>24</b> 俳句教室 13:00～15:00 スポーツ吹矢教室 13:30～15:00 カラオケ教室 15:30～17:30	<b>25</b> 健康気功教室 10:15～11:30 歌広場 13:15～15:45	<b>26</b> 絵手紙同好会 13:00～15:00 <b>体組成測定会</b> 10:15～11:30	<b>27</b>
<b>28</b>	<b>29</b> 歌広場 13:15～15:45	<b>30</b>	※いきいき体操は、 開館日の毎朝9時30分～10時迄実施。 参加は60歳以上の方。但し、入館票の登録が必要。			



☆赤い字はお休みです。

令和8年5月20日発行 第405号