

8月のお知らせ

西伊興住区センター

悠々館 電話・FAX 3896-7362

足立区西伊興1-12-12

カラオケ発表会《熱中症対策事業》

日時 8月2日(土)

午後1時30分～4時

場所 悠々館 大広間

・カラオケ教室、歌広場の皆様が、
練習の成果を発表いたします。

どなたでも自由に観覧できます。

暑い午後のひとときを、住区センターで
涼みながら、お過ごしください。

骨カルシウムセミナー《健康講座》

＜雪印メグミルク＞

日時 8月13日(水) 午前10時30分～12時

定員 30名 参加費 無料

受付 7月30日(水)～8月5日(火)迄
午前9時～午後5時迄(事務所窓口)

体組成測定会

日時 8月22日(金) 午前10時15分～11時30分

受付 8月8日(金)～当日

記録表をつくります。事前受付けをお願いします。

歯科医師による歯の衛生講話

＜足立区歯科医師会＞《熱中症対策事業》

日時 8月28日(木) 午後14時～15時

定員 30名 参加費 無料

受付 8月14日(木)～20日(水)迄
午前9時～午後5時迄(事務所窓口)

●暑中お見舞い申し上げます

●熱中症に注意！水分・塩分をこまめにとる

●食中毒に注意！

①食材はしっかり洗う ②加熱する

③調理後の保存は冷蔵 ④手洗い・消毒徹底

日	月	火	水	木	金	土
 ※いきいき体操は、 毎日実施 朝 9:30～10:00 たくさんのご参加をお待ちしております					1	2 カラオケ発表会 13:30～16:00
3 	4 卓球サークル 10:30～12:30 歌広場 13:15～15:45	5 バンパー愛好会 10:15～11:30	6	7 歌広場 13:15～15:45	8	9
10 	11 山の日 	12	13 骨カルシウムセミナー 10:30～12:00	14	15 水墨画同好会 13:30～15:30	16
17 	18 休館日 	19 バンパー愛好会 10:15～11:30	20	21 歌広場 13:15～15:45	22 体組成測定会 10:15～11:30	23
24 	25 住区 de 団らん 15:30～17:00 卓球サークル 10:30～12:30	26 転倒予防体操教室 10:15～11:45	27 俳句教室 13:00～15:00	28 歯の衛生講話 14:00～15:00	29	30
31						

☆赤い字はお休みです。

令和7年7月16日発行 第395号