

令和7年
悠々館

令和7年6月24日発行

7月のお知らせ

東伊興住区センター
住所 足立区東伊興1-5-22
TEL・FAX 3899-8531

たのしい♡間違いない！

盆踊り練習開催！

7/3（木）8日（火）10日（木）

10：00～12：00

くどなたでも参加自由！楽しく踊りましょう＞

講師 三五 照子先生

苔玉作り

7/29（火）

13：30～15：30

材料費1500円 20名募集

かわいい苔玉を作りましょう

8/20（水）住区de縁日

11：00～15：00

お弁当代 1,000円

7/1より受付開始です。

ㄨ切は7/31

草木染

8/29・9/26（金）

13：00～16：00

材料費 各1,500円

各15名募集

バンパー大会

8/2（土）9：00～

40名募集

お昼は各自でご準備ください。

健康推進事業 体力測定会

8/1（金）20名募集

10：00～12：00

体組成計による測定と

静的、動的バランス・歩行能力・下肢筋力

などの測定をします。

◎7,8月の行事は全て熱中症対策事業として行います。。

◎暑い日が続きますお身体にはお気をつけください♡ぜひ住区に涼みにきてください。

日	月	火	水	木	金	土
		1 民舞 13:30～15:30	2 初心者健康麻雀 10:00～12:00 吹矢交流会 13:00～15:00 おりがみ 13:30～16:00	3 盆踊り練習 10:00～12:00 うたごえ 13:30～15:00 初級者健康麻雀 13:00～16:30	4 健康体操 10:00～11:00 マッスル計測 11:00～11:15 陶芸 13:00～15:00	5 経験者健康麻雀 13:00～16:30
6 ★	7 マッスル計測 9:15～10:00 民謡 13:00～15:30	8 盆踊り練習 10:00～12:00 ぬり絵 13:30～16:00	9 初心者健康麻雀 10:00～12:00 フラダンス 10:00～12:00 昼カラオケ 13:00～15:00	10 盆踊り練習 10:00～12:00 初級者健康麻雀 13:00～16:30	11 気功 10:00～11:30 俳句 13:30～15:30	12 カラオケ広場 13:00～15:00
13 ★	14 民謡 13:00～15:30	15 ダーツ 10:00～11:30 民舞 13:30～15:30	16 初心者健康麻雀 10:00～12:00 住区de団らん 10:00～12:00 吹矢交流会 13:00～15:00	17 笑顔でリズム体操 10:30～12:00 初級者健康麻雀 13:00～16:30	18 健康体操 10:00～11:00 陶芸 13:00～15:00	19 経験者健康麻雀 13:00～16:30
20 ★	21 海の日 ★	22 楽しく描く書く 10:00～12:00 委員会 18:00～	23 初心者健康麻雀 10:00～12:00 フラダンス 10:00～12:00 昼カラオケ 13:00～15:00	24 初級者健康麻雀 13:00～16:30	25 気功 11:00～11:30	26 カラオケ広場 13:00～15:00
27 ★	28 館内整理日 ★	29 苔玉作り 13:30～15:30	30 初心者健康麻雀 10:00～12:00	31 初級者健康麻雀 13:00～16:30	ラジオ体操&リズム体操 月～金 9：30より	

※ 雨天・天候により変更される場合があります。