

お　　さ　　ら　　や 押　皿　谷　住　区　セ　ン　タ　ー

10月のおしらせ

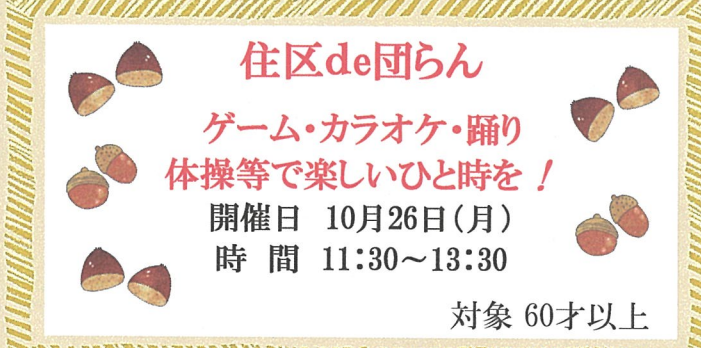
電話・FAX 03(3857)4231

足立区鹿浜8-27-15

令和8年9月20日発行



第26回『住区まつり』
10月18日(日) 10:00～14:30
教室・サークルの発表と作品を
展示しますのでご鑑賞ください



住区de団らん
ゲーム・カラオケ・踊り
体操等で楽しいひと時を！
開催日 10月26日(月)
時 間 11:30～13:30
対象 60才以上

ボッチャ教室 開催日 10月4日(日)
時間 9:30～11:30 場所 児童館ホール
対象 60才以上

避難訓練 10月21日(水) 14:00～
多くの方のご参加をお願いします

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	1	2	3
				●健康体操 13:30	●バンパー教室 9:30	●バンパー教室 9:30
4	5	6	7	8	9	10
ボッチャ教室 9:30	●書道教室 13:30 ●手話教室 19:00	組みひも 9:30 悠)カラオケ 13:30 琴輝会 10:00 ●吹矢教室 13:30 ●通信カラオケ 13:30 がちょうのこ 13:30 ふれあいヨーガ 19:00	悠)カラオケ 13:30 ストレッチ 19:00	脳トレ音楽教室 10:30 元気アップ 14:00	●バンパー教室 9:30 ●転倒予防体操 13:30 ●ヨガ教室 19:00	●ひばり 10:00
休館日						
11	12	13	14	15	16	17
休館日	休館日 スポーツの日	●琴輝会 10:00 ●ぬりえ教室 10:00 ●通信カラオケ 13:30 がちょうのこ 13:30 ふれあいヨーガ 19:00	●踊り すみれ 10:00 ●詩吟教室 13:30	●健康体操 13:30 ●体操教室 19:00	●バンパー教室 9:30	フラワーアレンジメント 19:00
18	19	20	21	22	23	24
第26回 住区まつり 10:00～	館内整理日	組みひも 9:30 ●吹矢教室 13:30 ●通信カラオケ 13:30 ふれあいヨーガ 19:00	悠)カラオケ 13:30 避難訓練 14:00 ストレッチ 19:00	脳トレ音楽教室 10:30 元気アップ 14:00	●バンパー教室 9:30 ●転倒予防体操 13:30 ●ヨガ教室 19:00	
25	26	27	28	29	30	31
休館日	●ひばり 10:00 ●住区de団らん 11:30	●ぬりえ教室 10:00 ●通信カラオケ 13:30 ふれあいヨーガ 19:00	●踊り すみれ 10:00 ●詩吟教室 13:30		●バンパー教室 9:30	

教室の開催について ①手話(月曜)、ぬりえ(火曜)、踊りすみれ(水曜)、健康体操(木曜)、体操(木曜)、転倒予防体操(金曜)、ヨガ(金曜)は1時間半です。
②その他の教室は2時間です。 ③各サークルについては窓口へお問い合わせください。

●は自由参加です。無印及びその他ご不明な点は住区センターにお問い合わせください

なお、来館は公共交通機関をご利用 または、自転車・徒歩等でお越しください。。