



花畑住区お知らせ3月号



花畑悠々館 〒121-0061 足立区花畑4-16-8 【☎・FAX 3850-2602】

令和6年度「各教室」の参加者を募集します。

※受付日：3月4日(月)～11日(月) 午前10時～11時30分 [昼休み] 午後1時～3時30分

※受付場所：花畑住区センター悠々館・事務室 窓口

※教室は1年間の定員制です。先着ではありません。抽選の場合があります。

※発表：3月21日(木) 午前10時 事務室窓口 (電話での問い合わせ可)

| 教室 | 定員 | 曜日 | 時間 | 教室 | 定員 | 曜日 | 時間 |
|-----------|----|-------|-------------|-----------|----|-------|-------------|
| ダーツ | 15 | 第2・4月 | 13:30～15:00 | 筋肉トレーニング | 30 | 第1・3木 | 13:30～15:00 |
| フラダンス | 15 | 第2・4火 | 13:30～15:00 | ペン習字 | 20 | 第2・4木 | 10:00～11:30 |
| 花歌 | 30 | 第3火 | 13:30～15:00 | バンパー | 20 | 第2・4木 | 9:30～11:30 |
| バンパー初心者 | 10 | 第1・3水 | 9:30～11:30 | 初心者マーじゃん | 20 | 第2・4木 | 13:00～15:30 |
| ※リズム体操 | 30 | 第1・3水 | 13:30～15:00 | ストレッチ | 20 | 第1・3金 | 10:00～11:30 |
| 手芸 | 20 | 第2・4水 | 13:30～15:00 | ｽｰｯｸﾙﾝｽ吹矢 | 20 | 第2・4土 | 19:00～21:00 |
| ※踊って健康づくり | 30 | 第1・3木 | 10:00～11:30 | ゆったりヨガ | 15 | 第2・4土 | 10:00～11:30 |
| | | | | 筆文字 | 16 | 第2・4土 | 14:00～15:30 |

※[リズム体操]と[踊って健康づくり]はどちらかのみです。

<健康ウォーキング> 楽しみながら、みんなで歩きましょう。

- 日時 3月9日(土) 受付 9:30 出発 10:00
- 目的地 元淵江公園 ○参加費 150円
- 定員 25名 ○昼食付 (飲物は用意して下さい)
- 申込 2月24日(土)10:00～2月29日(木)



※雨天時は、集会室でゲームを予定しています。 主催 健康推進部

<住区で囀らん> みんなで歌おう!

- 日時 3月8日(金) 13:30～15:00
- 定員 20名
- 申込 3月1日(金) 10:00～



<折り紙>

- 日時 3月26日(火) 9:30～11:30
13:30～15:30
- 定員 各6名
- 申込 3月19日(火) 10:00～



主催 悠々館

《津軽三味線と民謡》 一緒に歌いましょう!

- 日時 3月30日(土) 13:30～15:00
- 場所 大広間 ○定員 30名
- 申込受付 3月21日(水) 10:00～



主催 悠々館

<3月の教室>

| 教室 | 実施日 | 時間 | 教室 | 実施日 | 時間 |
|----------|-------|-------------|-----------|-------|-------------|
| ダーツ | 11・25 | 13:30～15:00 | 筋肉トレーニング | 7・21 | 13:30～15:00 |
| フラダンス | 12 | 13:30～15:00 | ペン習字 | 14・28 | 10:00～11:30 |
| 花歌 | 19 | 13:30～14:30 | バンパー | 14・28 | 9:30～11:30 |
| バンパー初心者 | 6 | 9:30～11:30 | 初心者マーじゃん | 14・28 | 13:00～15:30 |
| リズム体操 | 6 | 13:30～15:00 | ストレッチ | 1・22 | 10:00～11:30 |
| 手芸 | 13・27 | 13:30～15:00 | ｽｰｯｸﾙﾝｽ吹矢 | 9・23 | 19:00～21:00 |
| 踊って健康づくり | 7・21 | 10:00～11:30 | ゆったりヨガ | 9・23 | 10:00～11:30 |
| | | | 筆文字 | 9・23 | 14:00～15:30 |

※入館の際は、検温・手指の消毒をお願い致します。また、マスク着用を推奨致します。

| | | | | | | | |
|-----|------|-------|-------|----------------|---------------|-------|-------|
| 休館日 | 3(日) | 10(日) | 17(日) | 18(月) 館内整備日 | 20(水) 春分の日 | 24(日) | 31(日) |
|-----|------|-------|-------|----------------|---------------|-------|-------|