令和8年 千住柳町住区センター 11月のお知らせ

ぱく増し栄養講座 主催：健康推進部

日時：11月6日(金) 開場13時30分
開始：午後2時～3時
場所：千住柳町住区センター3階
定員：40名
申込スタート：10月23日(金)
食材のおみやげ付です
電子レンジで簡単な料理を紹介します。

男性の参加もお待ちしてます。



資生堂ビューティセミナー 主催：悠々館

日時；12月10日(木) 開場13時30分
開始：午後2時～3時
場所：千住柳町住区センター３階
定員：20名
申込スタート：11月26日(木)
講師：資生堂美容部員

ピカピカお肌になって
体も心もリフレッシュ！！



三階 各集会室(予約) ご利用

貸出時間･･･9時～21時30分まで
※ 事前予約および、時間厳守で お願いします。

各部	[部主催] 教室名	開催日(曜日)		時間
悠々部	カラオケ教室	11月	4日(水) 18日(水)	10:00 ～ 11:30
	踊り教室	11月	21日(土)	10:00 ～ 12:00
	なかよし体操教室	11月	25日(水)	13:30 ～ 15:00
女性部	フラワーアレンジ教室	11月	9日(月)	13:30 ～ 15:00
	習字教室	11月	10日(火)	10:30 ～ 12:00
	うたごえ広場教室	11月	24日(火)	13:30 ～ 15:00
青壮年部	コーラス教室	11月	11日(水)	13:30 ～ 15:00
	ウェルネス吹き矢教室	11月	13日(金)	13:30 ～ 15:00
	社交ダンス教室	11月	7日(土) 21日(土)	19:00 ～ 21:00

みんなの体操

午前 １１時より(30～40分程度)
休館日以外 体操お休み → 11/5(木)

午後 ２時より(30～40分程度)
休館日以外 体操お休み → 11/6(金) 毎週木曜日

毎年申込制	開催日	時間
みんなのカラオケ Ⓐ グループ	5日(木) 19日(木)	13:30 ～ 15:30
みんなのカラオケ Ⓑ グループ	12日(木) 26日(木)	13:30 ～ 15:30
健康マージャン	7日(土) 14日(土)	13:00 ～ 17:00

悠々館 住区de団らん 11月10日（火）
場所:1階大広間 夕方5時～7時
定員:18名 事前申込 11/2(月)締切
料金:500円 (お弁当・お茶)

(曜日)	日曜日	文化の日	日曜日	日曜日	館内整理日	日曜日	勤労感謝の日	日曜日
休館日	11月1日	11月3日	11月8日	11月15日	11月16日	11月22日	11月23日	11月29日

足立区千住柳町12番5号 ☎ 3870－3490 FAX 3870－3491