

悠々会館 令和7年4月の行事予定

悠々会館とは

竹ノ塚駅北部に位置する60歳以上の方が無料で楽しめる施設です
囲碁将棋、カラオケ、マッサージチェア、バンパー等が楽しめます

〇4月より各種健康講座の回数等が変わる予定です

■大変ご好評いただいております「健康体操」を週2回実施します

今までの毎週火曜日に加えて、

毎週金曜日（午前10時から11時30分）にも実施します（週2回実施）

■各種健康講座の変更点について ※内容は変更になる可能性があります

令和7年3月31日まで	令和7年4月1日から
健康体操 火曜日午後1時から3時	健康体操A 火曜日午後1時から 2時30分
ウォーキング講座 第1・第3金曜日午前10時から12時	健康体操B 毎週金曜日午前10時から11時30分
脳活講座 水曜日午前10時から12時	脳活講座 水曜日午前10時から 11時30分

■4月の各健康講座の申し込みは3月17日までです！

①健康体操A（毎週火曜日）②健康体操B（毎週金曜日）③脳活講座（毎週水曜日）

日	月	火	水	木	金	土
		1 健康体操	2 脳活講座	3	4 健康体操 ＋トレーニング講習会 金曜会 (水彩画サークル)	5
6	7 休館日	8 健康体操	9 脳活講座	10 スポーツ 吹き矢	11 健康体操 ＋トレーニング 講習会	12
13	14 休館日	15 健康体操	16 脳活講座	17	18 健康体操 ＋トレーニング講習会 金曜会 (水彩画サークル)	19
20 休館日	21 休館日	22 健康体操	23 脳活講座	24 スポーツ 吹き矢	25 健康体操 ＋トレーニング 講習会	26
27	28 休館日	29 昭和の日 休館日	30 脳活講座		〇各講座等の開始時間	

※ 3月時点での予定のため変更となる可能性があります。
詳しくは悠々会館までお問い合わせください。

■住所：足立区西保木間4-9-1
TEL/FAX：03-3859-9732

■開館時間：9:00～17:00

※ 部屋ごとに別途利用時間が設けられている場合があります

■休館日：月曜日・第3日曜日・敬老の日を除く祝日・12/29～1/3

■初回来館時や入館票が失効した場合は、窓口にて発行いたします

講座名	時間
健康体操A(火曜日)	午後1時
健康体操B(金曜日)	午前10時
脳活講座	午前10時
金曜会 (水彩画サークル)	午後1時
スポーツ吹き矢	午後1時