

## 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

### 〇各健康講座の申し込みは前月15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） ※定員各35名（毎月抽選）
- 申込方法：窓口／往復はがき／電話 ※入館票が必要
- ①4月分の申込期限：3月17日 ②5月分の申込期限：4月15日必着
- ※ 4月以降講座内容が変更となる可能性があります。

### 〇3月21日(土)「うきうきフェスタ」開催！

スイムスポーツセンターと悠々会館で「うきうきフェスタ」を開催します。悠々会館では以下のとおり開催予定です。



■日時：3月21日（土）午前10時から午後4時まで

健康講座【特別版】	1階運動コーナー	シンコースポーツ(株)によるAIを使った姿勢分析、改善運動が体験できます
	10時～12時30分	
スペシャルステージ	2階大広間	孫世代ユニットによるコンサートや伝統芸能の披露などを行います
	13時～14時30分	
ダンボール迷路／巨大だるま落とし体験	1階ロビー	ダンボール迷路(小学生以下対象)や巨大だるま落としを自由に体験できます
	終日	
展示コーナー	2階大広間階娯楽室	悠々会館利用サークルの普段の活動(編み物、水彩画)の成果を展示しています
	終日	



※実施内容は変更となる場合があります

**スイムスポーツセンターでもスポーツの体験会や「なごとき」等を実施予定です！  
ご自由にご参加いただけますので、ぜひお越しください！ 詳細は悠々会館HPをチェック→**



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

※ 3月時点での予定のため、変更となる場合がございます。

- 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