

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

○各健康講座の申し込みは前月15日までです！

楽しく体と頭を動かして、介護予防につなげる無料の健康講座です

■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40名（毎月抽選）

■申込方法：窓口／電話 ※入館票が必要

■①9月分の申込期限：8月15日 ②10月分の申込期限：9月15日

9月より定員が**増加**します
ぜひご応募ください！

○9月10日スマホ講座を実施します！

■日時：9月10日（木曜日）13時30分から15時30分まで

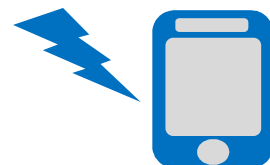
■場所：2階研修室

■内容：「はじめてのスマートフォン体験」

■申込期限：8月25日（火曜日）までに窓口にてお申し付けください。
（先着20名）

■費用：無料

スマートフォンの基本的な使い方について実際に操作しながらわかりやすく学べます。
貸出機器を使用するので、スマートフォンをお持ちでなくてもご参加いただけます！



○当日参加可能です！

- スポーツ吹き矢 ※初回マウスピース代（590円）が必要
- 金曜会（水彩画）※自主サークル活動

○毎日ご利用いただけます！

- マッサージチェア：1階娛樂室
- バンパー：2階バンパー室

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		健康体操	脳活講座		健康体操	
					金曜会	
6	7	8	9	10	11	12
	休館日	健康体操	脳活講座	スマホ講座 スポーツ 吹き矢	健康体操	
13	14	15	16	17	18	19
	休館日	健康体操	脳活講座		健康体操	
					金曜会	
20	21	22	23	24	25	26
休館日	敬老の日	国民の休日	秋分の日	スポーツ 吹き矢	健康体操	
		休館日	休館日		体力測定会	
27	28	29	30			
	休館日	健康体操	脳活講座			

※ 8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