

悠々会館

令和6年4月のお知らせ

悠々会館とは

竹の塚駅北部に位置する60歳以上の方が無料で利用できる施設です。
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。

各種健康講座のご案内

楽しく体と頭を動かして、介護予防につながる健康講座（区内在住60歳以上対象）です。当選した月の講座に無料でご参加いただけます。

■健康体操（毎週火曜日）13時開始

・ 2, 9, 16, 23日

■脳活講座（毎週水曜日）10時開始

・ 3, 10, 17, 24日

■ウォーキング講座（第2・4金曜日）

10時開始

・ 12, 26日

■定員

・ 各30人（毎月抽選）

■申込方法

窓口、又は、下記を明記し、悠々会館へ往復はがきで郵送

- ①住所 ②氏名（フリガナ）
③年齢 ④電話番号
⑤希望講座 ⑥返信面に宛名

例：5月実施の健康体操と脳活講座

■申込期限

実施月の前月15日必着

※ 5月分は4月15日まで

30日は休館日のため講座はお休みです

内容	開催日 ※休館日を除く	時間
カラオケ（抽選25人まで）	毎日	午前：9時45分受付 午後：13時受付
懐かしの映画上映会	研修室利用日以外	午前、午後各1本上映
スポーツ吹き矢	第2, 4木曜日	13時

曜日	月	月	月	日	月	月	火
4月の 休館日	1	8	15	21	22	29	30

住 所：足立区西保木間4-9-1 TEL/FAX：03-3859-9732

休館日：月曜日・第3日曜日・敬老の日を除く祝日・12/29~1/3

※ 月曜日が祝日の場合には、翌日の火曜日も休館

※ 失効した入館票をお持ちの方は、現地にて新しいものを作成します。