

悠々会館

令和6年3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。
囲碁将棋やカラオケを楽しんだり、マッサージチェアや健康器具をご利用いただけるほか、バンパープールやシャワールームがあります。
令和5年12月に隣接のスィムスポーツセンター（うきうき館）とともに運営再開しました。

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（区内在住の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（休館日除く）。

■健康体操（毎週火曜日）13時開始

・ 5, 12, 19, 26日

■脳活講座（毎週水曜日）10時開始

・ 6, 13, 27日

■ウォーキング講座（第2・4金曜日）

10時開始

・ 8, 22日

■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してください。

1. 住所
2. 氏名（フリガナ）
3. 年齢
4. 電話番号
5. 参加希望の講座名
6. 返信面に宛名

■申込期限

実施月の前月15日必着

■当日参加

定員に達しない場合、当日参加が可能です。（空き状況は区HPに掲載）

20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（4月から）	第2, 4木曜日	13時

曜日	月	月	日	月	水	月
3月の休館日	4	11	17	18	20	25

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。