

2026  
2月

## 鹿浜いきいき館 悠々館おしらせ

【改訂版】

変更前 文化民俗史教室 17日

変更後 文化民俗史教室 10日

足立区鹿浜2-24-2 TEL3853-5071 FAX3853-5078 開館時間9:00~17:00

日	月	火	水	木	金	土
1 休館日	2 休館日	3 いきいき体操	4 いきいき体操	5 いきいき体操	6 いきいき体操	7
*衆議院選挙期日前投票のため、多目的会議室は使用できません						
8 休館日	9 休館日	10 いきいき体操 体操すみれ会 ほっとカフェタイム& 詐欺被害防止対策講習会 文化民俗史教室	11 休館日	12 いきいき体操 頭の体操教室 カラオケ歌楽会 筆文字教室	13 いきいき体操 ウェルネス吹矢 健康測定日 レクダンス教室 将棋に挑戦	14 健康マージャン チェアピクス
15 休館日	16 休館日	17 いきいき体操 体操すみれ会 大正琴なでしこ	18 いきいき体操 いきいき卓球クラブ 健康マージャン アロマワックスパー 作り	19 いきいき体操 頭の体操教室 カラオケ芙蓉会 自主クラブ・児童館サ ポーター代表者会議 ダーツタイム	20 いきいき体操 ウェルネス吹矢 レクダンスひまわり 将棋に挑戦 誕生会&昼食会 カラオケタイム	21 健康マージャン バンパークラブ ロビーコンサート
22 休館日	23 休館日	24 休館日	25 いきいき体操 いきいき卓球クラブ ハンドメイド教室 健康マージャン 童謡コスモス会	26 いきいき体操 生花教室 カラオケ歌楽会 カラオケ芙蓉会	27 いきいき体操 ダーツ教室 チェアヨガ教室 将棋に挑戦	28 健康マージャン バンパー教室
～介護予防事業～ 「いきいき体操」 日時：毎週火・水・木・金 午前9時05分～9時25分		～介護予防事業～「将棋に挑戦！」 日時：毎週金曜日 午後1時～4時 場所：憩いの間 初めての方も初歩から教わることができます！		SENJU JUKU 400th since 1625		足立区

～孤立対策事業・介護予防事業～  
ほっとカフェタイム&  
詐欺被害防止対策講習会

日時 2月10日(火)  
午後2時00分～3時30分  
場所 多目的会議室  
受付 事前申込/当日受付  
\*好きな飲み物を飲みながら、惑星ガッポ  
による詐欺被害防止対策の漫才をどうぞ  
お楽しみください。

～介護予防事業～  
日時 2月19日(木)  
午後2時～3時30分  
場所 多目的会議室  
受付 当日受付  
\*入退出自由です。経験のない方も是非  
ご参加ください。みんなで楽しくダーツ  
をしましょう！

自主クラブ・児童館サポーター  
代表者会議  
日時 2月19日(木)  
午前10時30分～11時30分  
場所 多目的会議室  
\*自主クラブ、児童館サポーターの代  
表者の方は、ご出席のほどよろしくお  
願いたします。

～孤立・孤食対策事業～  
夕食会

日時 2月4日(水)  
午後5時～6時30分  
受付 事前申込  
場所 憩いの間  
夕食代 お弁当 600円  
(持参でも大丈夫です)  
申込 1月30日(金)  
\*憩いの間にみんなで集まって好きな  
ことをしたり、会話をしたり、お弁  
当を食べたりして楽しい時間を過ご  
しましょう！

～介護予防事業～  
アロマワックスパー作り

日時 2月18日(水)  
午後2時～3時30分  
場所 多目的会議室  
受付 事前申込  
定員 20名  
材料費500円  
\*溶かしたロウにハーブとドライ  
フラワーを入れて、香りのインテ  
リアと一緒に作りましょう！

～孤立・孤食対策事業～  
誕生会&昼食会

日時 2月20日(金)  
午前11時30分  
～午後0時30分  
場所 多目的会議室  
昼食代 お弁当 500円  
みそ汁 50円  
申込 2月17日(火)締切  
\*2月生まれの方の誕生日をお祝い  
し、栄養バランスを考えたお弁当  
を一緒に食べましょう！

～多世代交流事業～  
ロビーコンサート

日時 2月21日(土)  
午前10時30分～11時30分  
場所 館内ロビー  
受付 事前申込/当日受付  
\*多世代でミュージックベルの演奏を聴  
いたり、リズムに合わせて楽器を鳴ら  
したりなどの体験をぜひ味わってみてくだ  
さい。

## ～介護予防事業～チェアピクス

日時 2月14日(土)  
場所 多目的会議室  
時間 午前10時～11時30分  
申込 事前申込、当日受付  
持ち物 フェイスタオル  
\*イスに座りながらできる全身運動  
です。軽快な音楽とリズムに合わ  
せて楽しく体を動かしましょう！

## ～介護予防事業～健康測定日

日時 2月13日(金)  
午前10時～11時  
受付 当日受付  
内容 身長、体重、血圧、  
体脂肪率、骨格筋量、  
握力を測定  
\*毎月測定して、健康な生活習  
慣に役立てましょう。

## ～介護予防事業・孤立対策事業～

カラオケタイム  
日時 2月20日(金)  
午後1時30分～4時  
場所 多目的会議室  
受付 当日受付  
\*入退出自由なカラオケタイム  
です。気軽にご参加ください。

館主催教室	実施日	曜日	時間	場所	自主クラブ	実施日	曜日	時間	場所
ハンドメイド教室	25	水	13:30～15:30	多1	大正琴なでしこ	17	火	13:30～15:30	多1
頭の体操教室	12・19	木	10:00～11:30	多2.3	体操すみれ会	10・17	火	9:35～11:00	多1.2.3
チェアヨガ教室	27	金	10:00～11:30	多1.2.3	バンパークラブ	21	土	9:30～11:30	憩
ダーツ教室	27	金	12:30～14:00	多1.2.3	いきいき卓球クラブ	18	水	9:30～11:30	多1.2.3 またはロ
バンパー教室	28	土	9:30～11:30	憩いの間	童謡コスモス会	25	水	13:30～15:30	多2.3
地域連絡運営 委員会主催教室	実施日	曜日	時間	場所	レクダンスひまわり	20	金	13:30～15:30	多2.3
健康体操SSK						18・25	水	13:00～16:00	ロまたは
文化民俗史教室	10	火	13:30～15:30	多2.3	健康マージャン	14・21・28	土	13:00～16:00	多1
生花教室	26	木	9:30～11:30	多2.3					
レクダンス教室	13	金	13:30～15:30	多2.3	カラオケ歌楽会	26	木	9:30～11:30	多1
筆文字教室	12	木	13:30～15:30	多2.3	カラオケ芙蓉会	12		13:00～15:30	多1
太鼓教室						19・26	木	13:00～15:30	多1
場所の略称	多…多目的会議室	憩…憩いの間	ロ…ロビー	教室・クラブ 随時受付	ウェルネス吹矢	13・20	金	9:40～11:30	多2.3