

2026  
2月

## 鹿浜いきいき館 悠々館おしらせ

【改訂版】(イエロー)

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 TEL 3853-5071 FAX 3853-5078 開館時間9:00~17:00

日	月	火	水	木	金	土
1 <b>休館日</b>	2 <b>休館日</b>	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 <b>休館日</b>	9 <b>休館日</b>	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 <b>休館日</b>	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 チアピックス
15 <b>休館日</b>	16 <b>休館日</b>	17 いきいき体操 体操すみれ会 大正琴なでしこ	18 いきいき卓球クラブ 健康マージャン アロマワックスバー作り	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 <b>休館日</b>	23 <b>休館日</b>	24 <b>休館日</b>	25 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～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～ **ダーツタイム**

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！

～介護予防事業～ **大正琴なでしこ  
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！

## ～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！

～介護予防事業～ **チアピックス**

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。

## ～介護予防事業～

**アロマワックスバー作り**

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！

## ～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。

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 または口
バンパー教室	28	土	9:30～11:30	憩いの間	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	童謡コスモス会	25	水	13:30～15:30	多2.3
健康体操SSK					レクダンスひまわり	20	金	13:30～15:30	多2.3
文化民俗史教室	10	火	13:30～15:30	多2.3		18・25	水	13:00～16:00	口または 多1
生花教室	26	木	9:30～11:30	多2.3	健康マージャン	14・21・28	土	13:00～16:00	
レクダンス教室	13	金	13:30～15:30	多2.3		26	木	9:30～11:30	多1
筆文字教室	12	木	13:30～15:30	多2.3	カラオケ歌楽会	12	木	13:00～15:30	
太鼓教室					カラオケ芙蓉会	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	口…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