



2014年6月 予定表

地域活動支援センター なぎ

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	15:00~ 15:30 ストレッチ	18:00~ 19:00 持ち寄り夕食会		18:00~ 19:00 持ち寄り夕食会	休館日 電話相談のみ	休館日
8	9	10	11	12	13	14
	14:00~ 16:00 DVD観賞会 「少年H」	18:00~ 19:00 持ち寄り夕食会		18:00~ 19:00 持ち寄り夕食会	休館日 電話相談のみ	休館日
15	16	17	18	19	20	21
	15:00~ 15:30 ストレッチ	18:00~ 19:00 持ち寄り夕食会	14:00~ 15:00 茶話会	18:00~ 19:00 持ち寄り夕食会	休館日 電話相談のみ	休館日
22	23	24	25	26	27	28
	14:00~ 16:00 DVD観賞会 「風立ちぬ」	18:00~ 19:00 持ち寄り夕食会		17時閉館 職員研修のため	休館日 電話相談のみ	休館日
29	30					
	15:00~ 15:30 ストレッチ					

・オープンスペースの時間・

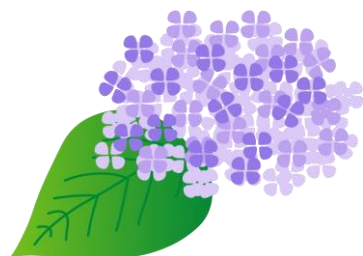
祝日は休館です

(日) は、10:00~16:00

(月)・(火)・(水)・(木) は、13:00~19:00

- ・利用には契約（登録）が必要です。
プログラム参加に予約は必要ありません。
お気軽にお立ち寄りください。

連絡先：地域活動支援センター なぎ
葛飾区青戸5-14-2 仙ノ倉ハイツ1階
TEL 03-6662-4201



<プログラムについて>

- ストレッチ<第1・3・5月曜日 15:00~15:30>
なぎの中で簡単なストレッチを行います。普段着のまま参加可能です。
- DVD観賞会<第2・4月曜日 14:00~16:00>
前月の茶話会で、何を見るか話し合っています。
お勧めがある方はぜひ茶話会でご意見ください♪
- 持ち寄り夕食会<火曜日・木曜日 18:00~19:00>
自分の夕食を持ち寄り、みんなと一緒に夕食をいただきます。
※6/26(木)は17時閉館のため、夕食会は開催しません。
- 茶話会<6/18(水) 14:00~15:00>
お抹茶やコーヒーを飲みながら、来月のプログラムについて話し合います。
参加費1人100円(お菓子つき)です。話し合いだけの参加も可能です。

プログラムは自由参加です。

なぎは、訪れた方々がほっとなごめる場所を目指しています。

ご自分のペースで過ごす時間の過ごし方を、なぎで一緒に探してみませんか？

お待ちしております。