



# 2015年2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
	14:00~ 16:00 DVD観賞会 「ドラゴンへの道」	18:00~ 19:00 持ち寄り夕食会	15:00~ 15:30 焼きいも会	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
	15:00~ 15:30 ストレッチ	18:00~ 19:00 持ち寄り夕食会	祝日のため 休館	14:00 友プレ交換会 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
	14:00~ 16:00 DVD観賞会 「踊る大捜査線THEFINAL」	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
	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

## ・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2・4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1・3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。
- ・焼きもを買ってみんなで食べる会<2/4(水) 15:00~>  
ぽむの樹の焼きもを買って食べます。参加費は100円です。  
**予約制です。**前日までにお申し込みください。  
お茶を飲みながら、美味しいおいもと一緒に食べませんか？
- ・友プレ交換会<2/12(木) 14時~>  
参加者でプレゼントを交換します。予算は108円です。  
当日買い物に行って選びます。予約は必要ありません。  
バレンタインデー直前ですが、チョコ以外のプレゼントもOKです。
- ・茶話会<2/18(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。

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、なぎと一緒に探してみませんか？  
お待ちしております。