



2016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
	15:00~15:30 ストレッチ	18:00~19:00 持ち寄り夕食会	15:00~15:30 焼きいもを 食べる会	17時閉館 職員研修のため	休館日 電話相談 のみ	休館日
7	8	9	10	11	12	13
	14:00~16:00 DVD観賞会 「パブルヘGO!」	11:00~12:00 編み物くらぶ 18:00~19:00 持ち寄り夕食会		祝日のため 休館	休館日 電話相談 のみ	休館日
14	15	16	17	18	19	20
	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
21	22	23	24	25	26	27
	14:00~16:00 DVD観賞会 「バック・トゥ・ ザ・フューチャー PART2」	18:00~19:00 持ち寄り夕食会	11:00~12:00 編み物くらぶ	18:00~19:00 持ち寄り夕食会	休館日 電話相談 のみ	休館日
28	29					
	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>

- ・ 2/4(木)スタッフ研修のため17時閉館（夕食会お休み）
- ・ 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て決めています。
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。
- ・ なぎカフェ~焼きいもを食べる会~<2/3(水) 15:00~15:30>
ぽむの樹の焼きい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？
- ・ 茶話会<2/17(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。