

2014年8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 |
| | | | | | 休館日 電話相談のみ | 休館日 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | 14:00~ 16:00 DVD観賞会 「アナと雪の女王」 | 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 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| | 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 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| | 14:00~ 16:00 DVD観賞会 「ぼくらの7日間戦争2」 | 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 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| | 15:00~ 15:30 ストレッチ | 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 | 休館日 |
| 31 | | | | | | |

・ 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。
※8/28(木)は17時閉館のため、夕食会は開催しません。
- ・茶話会<8/13(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、なぎと一緒に探してみませんか？

お待ちしております。