

# 2015年5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
※5月は開所時間に変更になります。 (月)(水)は13:00~18:00 (火)(木)は13:00~19:00 (日)は10:00~16:00					休館日 電話相談のみ	休館日
3	4	5	6	7	8	9
祝日のため 休館	祝日のため 休館	祝日のため 休館	祝日のため 休館	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
	14:00~16:00 DVD観賞会 「ルパン三世 実写版」	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
	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
24	25	26	27	28	29	30
	14:00~16:00 DVD観賞会 「涙そうそう」	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
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)・(水)は、13:00~18:00 (火)・(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3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。
- ・茶話会<5/13(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。

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。