



# 2015年10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
				18:00~19:00 持ち寄り夕食会	休館日 電話相談のみ	休館日
4	5	6	7	8	9	10
	14:00~16:00 DVD観賞会 「舞妓Haaan!!!」	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 11時~14時 秋祭り
11	12	13	14	15	16	17
	祝日のため 休館	11:00~12:00 編み物くらぶ 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
18	19	20	21	22	23	24
	14:00~16:00 DVD観賞会 「バック・トゥ・ザ・フューチャー」	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
25	26	27	28	29	30	31
	15:00~15:30 ストレッチ	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	

・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。
- ・秋祭り＜10/10（土）11：00～14：00＞ 場所：なぎの前の通り  
+choiceさん、ほむの樹さんと一緒に秋祭りを行います♪  
※ボランティアを募集します
- ・茶話会＜10/14（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。
- ・編み物くらぶ＜10/13（火）・10/28（水）11：00～12：00＞  
手編み棒を使って編み物をします。初心者大歓迎！  
参加費1人100円です。 **※予約制**

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。