



2015年11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
	15:00~15:30 ストレッチ	祝日のため 休館		18:00~19:00 持ち寄り夕食会		休館日
8	9	10	11	12	13	14
	14:00~16:00 DVD観賞会 「エンタの神様」	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 バス旅行 ※要予約	休館日
15	16	17	18	19	20	21
	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
22	23	24	25	26	27	28
	祝日のため 休館	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
29	30					
	14:00~16:00 DVD観賞会 「ターミネーター ジェニシス」					

・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1・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・5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。
- ・茶話会<11/11(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。
- ・清里の森へバス旅行<11/13(金) 8:00 なぎ前集合> **※要予約
実費負担**
なぎのバス旅行です。清里の森でのんびりしませんか?
詳細はスタッフまでお問い合わせください。

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。