



2016年3月 予定表

地域活動支援センター なぎ

日	月	火	水	木	金	土
		1 18:00~19:00 持ち寄り夕食会	2 11:00~12:00 編み物くらぶ 1	3 18:00~19:00 持ち寄り夕食会	4 休館日 電話相談のみ	5 休館日
6	7 14:00~16:00 DVD観賞会 『最後の約束』	8 18:00~19:00 持ち寄り夕食会	9 14:00~15:00 茶話会	10 18:00~19:00 持ち寄り夕食会	11 休館日 電話相談のみ	12 休館日
13	14 15:00~15:30 ストレッチ	15 10:30~12:00 就労ガイダンス 18:00~19:00 持ち寄り夕食会	16	17 18:00~19:00 持ち寄り夕食会	18 休館日 電話相談のみ	19 休館日
20	21 祝日の為休館	22 11:00~12:00 編み物くらぶ 18:00~19:00 持ち寄り夕食会	23	24 18:00~19:00 持ち寄り夕食会	25 休館日 電話相談のみ	26 休館日
27	28 14:00~16:00 DVD観賞会 『ピリギャル』	29 18:00~19:00 持ち寄り夕食会	30 14:00~15:00 防災訓練	31 18:00~19:00 持ち寄り夕食会		

・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・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。

・就労ガイダンス～仕事について考える～＜3/15(火)10:30～12:00＞
仕事のこと一緒に考えてみませんか？興味のある方お越し下さい。

・茶話会＜3/9(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。