



# 2016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	3	4	5	6	7
	14:00~16:00 DVD観賞会 「デイライト」	<b>憲法記念日</b> 祝日の為休館	<b>みどりの日</b> 祝日の為休館	<b>子どもの日</b> なぎオープン 10時~16時	休館日	休館日
8	9	10	11	12	13	14
	11:00~12:00 手芸くらぶ 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	水元公園 バーベキュー	休館日
15	16	17	18	19	20	21
	14:00~16:00 DVD観賞会 「美女と野獣」	18:00~19:00 持ち寄り夕食会	10:30~12:00 絵画くらぶ	18:00~19:00 持ち寄り夕食会	休館日	休館日
22	23	24	25	26	27	28
	15:00~15:30 ストレッチ	18:00~19:00 持ち寄り夕食会	11:00~12:00 手芸くらぶ	18:00~19:00 持ち寄り夕食会	休館日	休館日
29	30	31				
	11:00~12:00 フラダンス 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	休館日

・ 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、13:00~17:00

(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2・4・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。

・バーベキュー<5/13(金) 11:00~14:00 水元公園>  
水元公園にBBQに行きます。雨天の場合は20日(金)になります。

・茶話会<5/11(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。

・絵画くらぶ<5/18(水) 10:30~12:00>



絵画くらぶを始めました。初めての方、興味のある方、お越しください。

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。