



2016年8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
		18:00~19:00 持ち寄り夕食会		手芸くらぶ 11:00~12:00 18:00~19:00 持ち寄り夕食会	休館日	休館日
7	8	9	10	11	12	13
	14:00~16:00 DVD観賞会 「101」	18:00~19:00 持ち寄り夕食会	茶話会 14:00~15:00	祝日の為休館 海の日	休館日	休館日
14	15	16	17	18	19	20
	15:00~15:30 ストレッチ	18:00~19:00 持ち寄り夕食会	トロピカル ジュース 14:00~15:00 	18:00~19:00 持ち寄り夕食会	休館日	休館日
21	22	23	24	25	26	27
	14:00~16:00 DVD観賞会 「さらばあぶない刑事」	18:00~19:00 持ち寄り夕食会	手芸くらぶ 11:00~12:00	18:00~19:00 持ち寄り夕食会	休館日	休館日 ほむほむ 納涼祭
28	29	30	31			
	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	絵画くらぶ 10:30~12:00			

・ 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。
- ・トロピカルジュースを作ろう! <8月17日(水) 14:00~15:00>
参加費200円 参加は予約制です。

- ・茶話会 <8月10日(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。