



2018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
		持ち寄り夕食会 18:00~19:00		休館日 「憲法記念日」	休館日 「みどりの日」	休館日 「こどもの日」
6	7	8	9	10	11	12
	ストレッチ 15:00~15:30	持ち寄り夕食会 18:00~19:00		持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
13	14	15	16	17	18	19
	DVD観賞会 14:00~16:00 「人志松本の すべらない話」	持ち寄り夕食会 18:00~19:00	手芸くらぶ 11:00~12:00 茶話会 14:00~15:00	持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
20	21	22	23	24	25	26
	ストレッチ 15:00~15:30	ヨガ教室 11:00~12:00 持ち寄り夕食会 18:00~19:00		持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
27	28	29	30	31		
	DVD観賞会 14:00~16:00 「天国に 行けないパパ」	手芸くらぶ 11:00~12:00 持ち寄り夕食会 18:00~19:00	水元公園 バーベキュー のため 休館日	持ち寄り夕食会 18:00~19:00		

・ 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。

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・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。
- 茶話会<5月16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。
- 手芸クラブ<5月16日(水) 29日(火) 11:00~12:00>
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ ※要予約
- ヨガ教室<5月22日(火) 11:00~12:00>
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ ※要予約
詳しくは掲示板をご覧ください。
- バーベキュー<5月30日(火) 11:30~>水元公園バーベキュー場
参加費1人1000円 詳しくは掲示板をご覧ください。

※5月3日(木) 祝日のため休館します。

※5月30日(水) バーベキュー開催のため閉館します。



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。