



2018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
				持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
5	6	7	8	9	10	11
	ストレッチ 15:00~15:30	持ち寄り夕食会 18:00~19:00	茶話会 14:00~15:00	17:00閉館	休館日	山の日 休館日
12	13	14	15	16	17	18
	DVD観賞会 14:00~16:00 「ルパン三世 風魔一族の陰謀」	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
19	20	21	22	23	24	25
	ストレッチ 15:00~15:30	 手芸くらぶ 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
26	27	28	29	30	31	
オープンスペース 休館 (電話相談は13時~17時です)						

・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。
お勧め作品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、皆さんと一緒に夕食をいただきます。

※8月9日(木)は、夕食会はありません。17時閉館です。

- 茶話会<8月8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<8月21日(水) 11:00~12:00>
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ ※要予約

- ヨガ教室<8月14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。



- なぎ オープンスペース 休館のお知らせ
8月27日(月)~30日(木) なぎのオープンスペースを休館させていただきます。
ご理解のほどよろしくお願い致します。

電話相談は13時~17時の時間帯で行います。

~お知らせ~

9月9日(土) 14時30分よりシンフォニーヒルズ別館レストランにて
「なぎサミット」が開催されます。皆様の参加お待ちしております。

※詳細はスタッフまで

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。