



2018年 10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
	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
7	8	9	10	11	12	13
	「体育の日」 休館日	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	休館日
14	15	16	17	18	19	20
	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	秋まつり
21	22	23	24	25	26	27
秋まつり 振り替え休館	DVD観賞会 14:00~16:00 樹木希林さん 追悼上映予定	持ち寄り夕食会 18:00~19:00	手芸くらぶ 11:00~12:00	事務処理日 のため閉所	休館日	休館日
28	29	30	31			
	ストレッチ 15:00~15:30	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・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て決めています。
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。
※10月11日(木)は、夕食会はありません。17時閉館です。
- 茶話会<10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。
- 手芸クラブ<10月24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<10月16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。
- 青戸五丁目あきまつり<10月20日(土) 11:30~14:00> 
今年もなぎ前の通りで、+choiceさん、ぼむの樹さんと一緒に秋祭りを行います♪
ボランティアを募集しています。スタッフまでお尋ねください。

※10月21日(日) あきまつりの振替のため休館致します。

※10月25日(木) 事務処理日のため休館致します。

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。