



2018年 11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
				持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
4	5	6	7	8	9	10
	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	手芸くらぶ 11:00~12:00 茶話会 14:00~15:00	17:00閉館	休館日	休館日
11	12	13	14	15	16	17
	DVD観賞会 14:00~16:00 「探偵物語」	持ち寄り夕食会 18:00~19:00		持ち寄り夕食会 18:00~19:00	バス旅行 休館日	休館日
18	19	20	21	22	23	24
休館日 (バス旅行の振替)	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	祝日 「勤労感謝の日」 休館日	休館日
25	26	27	28	29	30	
	DVD観賞会 14:00~16:00 「フリーワイリー」	持ち寄り夕食会 18:00~19:00		事務処理日 のため閉所	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。

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。
※11月8日(木)は、夕食会はありません。17時閉館です。
- 茶話会<11月7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。
- ヨガ教室<11月6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。
- 手芸クラブ<11月7日(水)・20日(火) 11:00~12:00>
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ ※要予約
- バス旅行<11月16日(金)> ※要予約
秋の森と空気と自然を満喫しに、清里の森へ行きます。
ゆったりとした日帰りバス旅行です。詳細は掲示板をご覧ください。

※11月18日(日) バス旅行の振替のため休館致します。

※11月29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。