



2019年 9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	7
	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
8	9	10	11	12	13	14
	ちいき美化活動 14:00~15:00	持ち寄り夕食会 18:00~19:00	茶話会 14:00~15:00	持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
15	16	17	18	19	20	21
	祝日 「海の日」 休館 	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 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 	休館日	休館日
22	23	24	25	26	27	28
	祝日 「秋分の日」 休館 	持ち寄り夕食会 18:00~19:00		事務処理日の為 休館 	バス旅行 休館日 	休館日
29	30					
バス旅行 振替休館 	セレクト音楽 14:00~16:00 					

(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

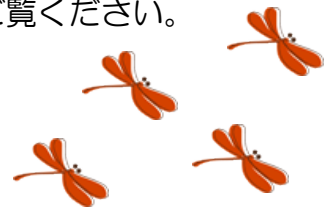
TEL 03-6662-4201



＜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。
- ちいき美化活動＜第2月曜日 14:00～15:00＞
なぎ近辺の道路のゴミ拾いをします。ウォーキングも兼ねて!!
- セレクト音楽＜第5月曜日 14:00～16:00＞
皆さんにおすすめの音楽(CD)を持ち寄っていただき談話中に流します。
- 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＜9月11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円です。話し合いだけの参加も可能です。
- ヨガ教室＜9月17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＜9月19日(木) 11:00～12:00＞
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ **※要予約**
- バス旅行＜9月27日(金)＞ **※要予約** 
今年のバス旅行は茨城県のひたち海浜公園を予定しています。
公園いっぱい咲く秋の花々を見に行きませんか？
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。

※9月16日(月) 祝日の為 休館
※9月23日(月) 祝日の為 休館
※9月26日(木) 事務処理日の為 休館
※9月29日(日) バス旅行振替の為 休館



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。