



2019年 1 2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
なぎ&ぼむぼむ お楽しみ交流会 11時～ 	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
	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		語ろう会 10:30～11:30 持ち寄り夕食会 18:00～19:00	休館日	休館日
22	23	24	25	26	27	28
	 セレクト音楽 14:00～16:00	 持ち寄り夕食会 18:00～19:00	手芸くらぶ 11:00～12:00	大掃除13:00 年越しそばを 食べる会 17:00閉館	休館日	休館日
29	30	31	1/1(水)～1/5(日) 休館 1/6(月)より通常開所 1/6(月)は初詣です。			
休館日	休館日	大晦日 開所日 10:00～16:00				

(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・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。
- 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<12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。
- 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4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。
- 語ろう会<12月19日(木) 10:30~11:30>
テーマを持ち寄り話しをします。テーマ募集中
- ヨガ教室<12月17日(火) 11:00~12:00>
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ **※要予約**
- 手芸クラブ<12月25日(水) 11:00~12:00>
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ **※要予約**
- 大掃除&年越しそばの会<12月26日(木) 13:00~>
年末恒例の大掃除をします。皆様のご協力よろしくお願ひします。
大掃除終了後、年越しそばを食べる会を行います。詳細は掲示板をご覧ください。

「なぎ&ぼむぼむお楽しみ交流会」

12/1(日)11時~

なぎとぼむぼむ共催企画です。なぎは通常開所しています。やきそばやお菓子つかみなどがあります。ぜひ遊びに来てください。

~年末年始のお休み~

12月27日(金)~30日(月)休館
 12月31日(火)大晦日開所 10:00~16:00
 1月1日(水)~5日(日)休館
 1月6日(月)より通常開所13:00~初詣13:30~



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。