



2022年 1月 予定表

地域活動支援センター なぎ

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	1/8
休館日 	休館日 	持ち寄り食会 18:00~19:00 中止		持ち寄り食会 18:00~19:00 中止	休館日	休館日
9	10	11	12	13	14	15
	祝日 「成人の日」 	持ち寄り食会 18:00~19:00 中止	初詣&お気軽散歩 14:00~	持ち寄り食会 18:00~19:00 中止	休館日	休館日
16	17	18	19	20	21	22
	ストレッチ 15:00~15:30	ヨガ教室 11:00~12:00 持ち寄り食会 18:00~19:00 中止	茶話会 14:00~15:00	持ち寄り食会 18:00~19:00 中止	休館日	休館日
23	24	25	26	27	28	29
	ちいき美化 14:00~15:00 	語ろう会 10:30~11:30 持ち寄り食会 18:00~19:00 中止	手芸くらぶ 11:00~12:00 	 SIEN防災 事務処理日 の為午後休館	休館日	休館日
30	31					
	セレクト音楽 10:30~11:30 ストレッチ 15:00~15:30					

当面の間のオープンスペースの開所時間を短縮させていただきます。

(日) は、10:00~16:00

(月)・(水) は、13:00~~~16:00~~ → 17:00

(火)・(木) は、13:00~~~16:00~~ → 17:00

・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>

~~利用時間のお知らせ~~

月曜日～木曜日 13:00～17:00(オープンスペース)
9:30～17:00(電話相談)

日曜日 10:00～16:00(オープンスペース)
10:00～16:00(電話相談)

※オープンスペースの滞在時間は1時間です。



- ・ストレッチ<第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。
- ・持ち寄り夕食会<火曜日・水曜日 18:00～19:00>
自分の夕食を持ち寄り、**中止**などと一緒に夕食をいただきます。
- ・茶話会<1月19日(水) 14:00～15:00>
今月より茶話会を再開したいと思います。来月のプログラムなどについて話し合
ます。参加費は無料です。※コロナ感染予防のためお茶やお菓子の提供はありません
- ・ヨガ教室<1月18日(火) 11:00～12:00>
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ **※要予約**
- ・ちいき美化活動<1月24日(月) 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!!
- ・語ろう会<1月25日(火) 10:30～11:30>
テーマを決めて自由に話します。テーマ募集中!
- ・手芸クラブ<1月26日(水) 11:00～12:00>
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ **※要予約**
- ・セレクト音楽<1月31日(月) 10:30～11:30>
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。
- ・初詣&なぎのお気軽散歩<1月12日(水) 14:00～ >
お散歩をかねて青砥神社へ初詣に行きます。荒天の場合は中止です。
参加希望の方は当日スタッフに声をかけてください。予約は必要ありません。



- ・SIEN防災<1月27日(木) 10:00～12:00 >
東京防災の防災専門家の方に来て、防災について学びます。
参加希望の方はスタッフまで。参加費は無料 ※お持ち帰りカレーライス付き



※1月10日(月) 祝日「成人の日」のため休館

※1月27日(木) 午後 事務処理日のため休館

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。