



2022年 4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
					休館日	休館日
3	4	5	6	7	8	9
	ストレッチ 15:00~15:30	持ち寄り食会 18:00~19:00		持ち寄り食会 18:00~19:00	休館日	休館日
10	11	12	13	14	15	16
	ちいき美化 14:00~15:00	なぎのお気軽散歩 13:00~ 持ち寄り食会 18:00~19:00	茶話会 14:00~15:00	持ち寄り食会 18:00~19:00	休館日	休館日
17	18	19	20	21	22	23
	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	手芸くらぶ 11:00~12:00	持ち寄り食会 18:00~19:00	休館日	休館日
24	25	26	27	28	29	30
	セレクト音楽 10:30~11:30	持ち寄り食会 18:00~19:00	語ろう会 10:30~11:30	事務処理日 の為休館	祝日 「昭和の日」 休館日	休館日

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、**中止**などと一緒に夕食をいただきます。
- 茶話会<4月13日(水) 14:00～15:00>
来月のプログラムなどについて話し合います。 ※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
- ちいき美化活動<4月11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!!
- ヨガ教室<4月19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<4月20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<4月25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。
- 語ろう会<4月27日(水) 10:30～11:30>
テーマを決めて自由に話します。テーマ募集中!
- なぎのお気軽散歩<4月12日(火) 13:00～ >
散歩をしやすい季節になりました。今回は中川の土手沿いを散歩します。
詳細はスタッフ、又は掲示板をご覧ください。



※4月28日(木) 事務処理日のため休館



～ゴールデンウィーク中の開所日～
5月1日(日)、5月2日(月) 通常開所
※5月5日(木) 10:00～16:00開所
5月8日(日)より通常通り開所します



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。