



2022年 5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	祝日 「憲法記念日」 のため休館	祝日 「みどりの日」 のため休館	祝日 「こどもの日」 なぎ開所 10:00~16:00	休館日	休館日
8	9	10	11	12	13	14
	ちいき美化 14:00~15:00	語ろう会 10:30~11:30 なぎのお気軽散歩 13:00~	茶話会 14:00~15:00	持ち寄り食会 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 ポッチャをしよう! 13:30~		持ち寄り食会 18:00~19:00	休館日	休館日
22	23	24	25	26	27	28
	セレクト音楽 10:30~11:30	手芸くらぶ 11:00~12:00 持ち寄り食会 18:00~19:00		水元公園 バーベキュー 事務処理日の為休館	休館日	休館日
29	30	31				
	ストレッチ 15:00~15:30	持ち寄り食会 18:00~19:00			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・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・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<5月11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<5月9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<5月10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!
- ヨガ教室<5月17日(火) 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<5月23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。
- 手芸クラブ<5月24日(火) 11:00～12:00>
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ **※要予約**
- なぎのお気軽散歩<5月10日(火) 13:15～ >
今回は奥戸ローズガーデンへの散歩を企画しました。
詳細はスタッフ、又は掲示板をご覧ください。
- ボッチャをしよう!<5月17日(火) 13:30～ >
生活訓練センターさうの利用者さんと合同で行います。
詳細はスタッフ、又は掲示板をご覧ください。
- バーベキュー<5月26日(木) 11:00～>水元公園バーベキュー場
感染状況により内容等、変更になる場合があります。
詳しくはスタッフ、又は掲示板をご覧ください。



※5月26日(木) 事務処理日のためオープンスペースは休館です。

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。