

2022年 10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
	ストレッチ 15:00~15:30	語ろう会 10:30~11:30 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 中止		持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
9	10	11	12	13	14	15
	祝日 「スポーツの日」 休館日	なぎのお気軽散歩 13:15~ 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 中止	茶話会 14:00~15:00	持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
16	17	18	19	20	21	22
	ちいき美化 14:00~15:00	ヨガ教室 11:00~12:00 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 中止		防災訓練 14:00~15:00 持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
23	24	25	26	27	28	29
	セレクト音楽 14:00~15:00	創作くらぶ 11:00~12:00 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 中止		事務処理日 の為休館	休館日	休館日
30	31					
	ストレッチ 15:00~15:30					

7月からオープンスペースの開所時間を延長しました。

(日) は、10:00~16:00

(月)・(火)・(水) は、13:00~17:00

(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>

~~利用時間のお知らせ~~

月曜日～水曜日	13:00～17:00(オープンスペース) 9:30～17:00(電話相談)
木曜日	13:00～19:00(オープンスペース) 9:30～19:00(電話相談)
日曜日	10:00～16:00(オープンスペース)



- 持ち寄り夕食会<毎週木曜日 18:00～19:00> 
感染症対策を継続しながら実施します。
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<10月12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
- ストレッチ<第1・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。
- 語ろう会<10月4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!
- ちいき美化活動<10月17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<10月18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<10月24日(月) 14:00～15:00>
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。
- 創作くらぶ<10月25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<10月11日(火) 13:15～>
立石の熊野神社にお出かけします。詳細はスタッフ、又は掲示板をご覧ください。
- 防災訓練<10月20日(木) 14:00～15:00>
なぎのオープンスペースで防災訓練を行います。 **※要予約**

※10月10日(月) 祝日「スポーツの日」のため休館

なぎは、訪れた方々がほ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、なぎで一緒に探してみませんか?
お待ちしております。

