



2023年 3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
			ビューティー体操 13:45~14:30	持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
5	6	7	8	9	10	11
	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	茶話会 14:00~15:00	持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
12	13	14	15	16	17	18
	ちいき美化 14:00~15:00	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
19	20	21	22	23	24	25
	映画館へ行こう! 13:00~ ストレッチ 15:00~15:30	祝日 「春分の日」 休館日		持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
26	27	28	29	30	31	
	セレクト音楽 14:00~15:00	創作くらぶ 11:00~12:00 なぎのお気軽散歩 13:15~		事務処理日 の為休館	休館日	

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) 10:00～16:00(電話相談)

- ・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<3月8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・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。
- ・語ろう会<3月7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<3月13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!!
- ・セレクト音楽<3月27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<3月28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<3月28日(火) 13:30～>
お花見に行きます。詳細はスタッフ、又は掲示板をご覧ください。
雨天の場合は中止になります。
- ・ビューティー体操<3月1日(水) 13:45～14:30>
「生活訓練センターそう」との合同プログラムになります。 **※要予約**
- ・映画館へ行こう!!<3月20日(火) 13時前後の上映>
詳細は掲示板、またはスタッフまで **※要予約**

※3月21日(火) 祝日「天皇誕生日」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。