



# 2023年 12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
					バス旅行 CP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 <b>中止</b>		持ち寄り夕食会 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 13:30集合 持ち寄り食会 18:00~19:00 <b>中止</b>	茶話会 14:00~15:00	持ち寄り夕食会 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 <b>中止</b>		持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
24	31	25	26	27	28	29
	セレクト音楽 14:00~15:00	創作くらぶ 11:00~12:00 持ち寄り食会 18:00~19:00 <b>中止</b>	大掃除 13:00~		事務処理日 のため休館	休館日
	大晦日 休館日					休館日

## オープンスペースの開所時間

(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<12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
- ・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。
- ・ちいき美化活動<12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!!
- ・なぎのお気軽散歩<12月12日(火) 13:30集合 >  
詳細はスタッフ、又は掲示板をご覧ください。荒天の場合は中止。
- ・ヨガ教室<12月19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<12月25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<12月26日(火) 11:00～12:00>  
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ ※要予約
- ・大掃除<12月27日(水) 13:00～>  
年末恒例の大掃除をします。皆様のご協力よろしく申し上げます。

## ～年末年始のお休み～

12月28日(木) 事務処理日のため休館

12月29日(金)～31日(日) 休館 ※12月31日大晦日は休館となります。

1月1日(日)～3日(火) 休館 ※1月4日より開所します。



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。