



2024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
					休館日	休館日
3	4	5	6	7	8	9
	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
10	11	12	13	14	15	16
	ちいき美化 14:00~15:00	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
17	18	19	20	21	22	23
演奏会へ行こう 13:30~	ストレッチ 15:00~15:30	ヨガ教室 11:00~12:00 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 中止	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
24/31	25	26	27	28	29	30
	セレクト音楽 14:00~15:00	創作くらぶ 11:00~12:00 お花見散歩 13:30~ 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 中止	ポッチャ 13:30~14:30	事務処理日 の為休館		

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。



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<3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<3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<3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<3月26日(火) 11:00～12:00>**
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ **※要予約**
- **演奏会へ行こう<3月17日(日) 13:15集合・出発>**
シンフォニーヒルズへ幻樂團による演奏会へ行きます。 **※要予約**
- **お花見散歩<3月26日(火) 13:30～14:30>**
詳細はスタッフ、又は掲示板をご覧ください。当日参加も可能です。
- **ポッチャをしよう<3月27日(水) 13:30～14:30>**
「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**

※3月20日(水)祝日「春分の日」のため休館

※3月28日(木) 事務処理日のため休館



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。