



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。
- ボッチャをしよう<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。