



2024年 5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 | |
| | | | | 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 | 祝日 「憲法記念日」 のため休館 | 祝日 「みどりの日」 のため休館 | |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | |
| 「こどもの日」 のため休館 | 振替休日 のため休館 | 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 | 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 | なぎのお気軽散歩 13:15~ 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 | | | 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 | 休館日 | 休館日 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | |
| | ストレッチ 15:00~15:30 | 合同プログラム ヨガ 10:15~11:30 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 | | | 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 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 | | 事務処理日 のため休館 | 水元公園 BBQ | | |

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<5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<5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<5月27日(月) 14:00～15:00>
おすすめの音楽(CDやYouTube) をご紹介いただき談話中に流します。
- 創作くらぶ<5月28日(火) 11:00～12:00>
参加費100円 初心者大歓迎♪ **※要予約**
- なぎのお気軽散歩<5月14日(火) 13:15～ >
詳細はスタッフ又は掲示板をご覧ください。荒天の場合は中止となります。
- 合同プログラム「ヨガ教室」<5月21日(火) 10:15～11:30>
「生活訓練センターそう」との合同プログラムです。
青戸地区センターで行います。男女問わず参加可能。 **※要予約**
- バーベキュー<5月31日(金) 11:30～>水元公園バーベキュー場
雨天の場合は予定が変更になります。
詳細はスタッフ又は掲示板をご覧ください。 **※要予約**

※5月5日(日)
※5月30日(木)

「こどもの日」のため休館
事務処理日のため休館



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、なぎと一緒に探してみませんか？
お待ちしております。