



2025年 9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	5	6
	ストレッチ 15:00~15:30			持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
7	8	9	10	11	12	13
	ちいき美化 14:00~15:00	お気軽散歩 13:30~14:30 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
14	15	16	17	18	19	20
	祝日 「敬老の日」 休館	ヨガ教室 11:00~12:00 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
21	22	23	24	25	26	27
	セレクト音楽 14:00~15:00	祝日 「秋分の日」 休館		事務処理日 のため休館	休館日	休館日
28	29	30				
	ストレッチ 15:00~15:30	創作くらぶ 11:00~12:00 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 中止				

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)

- **茶話会<9月10日(水) 14:30～15:30>**
来月のプログラムなどについて話し合います。
- **持ち寄り夕食会<毎週木曜日 18:00～19:00>**
自分の夕食を持ち寄り、皆さんと一緒に夕食をいただきます。
- **ストレッチ<第1・5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<9月8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!!
- **お気軽散歩<9月9日(火) 13:30～ >**
詳細はスタッフまたは掲示板をご覧ください。※荒天の場合中止
- **ヨガ教室<9月16日(火) 11:00～12:00>**
女性限定・参加費1回100円 初心者大歓迎♪ ※要予約
- **セレクト音楽<9月22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<9月30日(火) 11:00～12:00>**
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ ※要予約



※9月15日(月) 祝日「敬老の日」のため休館
※9月23日(火) 祝日「秋分の日」のため休館
※9月25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。