



2022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	3	4	5
		持ち寄り食会 18:00~19:00 中止		持ち寄り食会 18:00~19:00 中止	休館日	休館日
6	7	8	9	10	11	12
なぎのお気軽散歩 13:00~ 	ストレッチ 15:00~15:30	持ち寄り食会 18:00~19:00 中止	茶話会 14:00~15:00	DVD上映会 14:00~ 	祝日 「建国記念日」 休館日	休館日
13	14	15	16	17	18	19
	ちいき美化 14:00~15:00 	ヨガ教室 11:00~12:00 		持ち寄り食会 18:00~19:00 中止	休館日	休館日
20	21	22	23	24	25	26
	祝日 「春分の日」 のため休館日 	手芸くらぶ 11:00~12:00 	語ろう会 10:30~11:30		持ち寄り食会 18:00~19:00 中止	休館日
27	28	29	30	31		
	ストレッチ 15:00~15:30	セレクト音楽 10:30~11:30 		事務処理日 の為休館		

当面の間のオープンスペースの開所時間を短縮させていただきます。

(日) は、10:00~16:00

(月)・(水) は、13:00~~~16:00~~ 17:00

(火)・(木) は、13:00~~~16:00~~ 17:00

・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~~

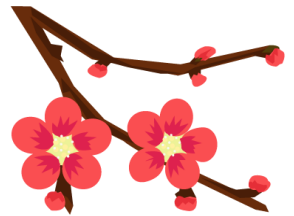
月曜日～木曜日 13:00～17:00(オープンスペース)
9:30～17:00(電話相談)

日曜日 10:00～16:00(オープンスペース)
10:00～16:00(電話相談)

※オープンスペースの滞在時間は1時間です。



- ストレッチ<第1・4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。
- 持ち寄り夕食会<火曜日・~~水~~日 18:00～19:00>
自分の夕食を持ち寄り、~~なぎ~~などと一緒に夕食をいただきます。
- 茶話会<3月9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
- ちいき美化活動<3月14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15日(火) 11:00～12:00>
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ **※要予約**
- 手芸クラブ<3月22日(火) 11:00～12:00>
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ **※要予約**
- 語ろう会<3月23日(水) 10:30～11:30>
テーマを決めて自由に話します。テーマ募集中!
- セレクト音楽<3月29日(火) 10:30～11:30>
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。
- DVD上映会<3月10日(木) 14:00～ >
1月に予定していたSIEN防災の内容を上映します。参加費は無料です。
- なぎのお気軽散歩<3月6日(日) 13:00～ >
今月は、演奏会を聞きにシンフォニーへ行きます。参加費無料です。
詳細はスタッフ、又は掲示板をご覧ください。
- お花見散歩<3月22日(火) 予備日23日(水) 14:00～ >
桜を見に行きます。区役所通りを予定しています。



※3月21日(月) 祝日「春分の日」のため休館 ※3月31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。