



# 2024年 10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
		持ち寄り夕食会 18:00~19:00 <b>中止</b>		持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
6	7	8	9	10	11	12
	ストレッチ 15:00~15:30	なぎのお気軽散歩 13:15~ 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 <b>中止</b>	茶話会 14:00~15:00	持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
13	14	15	16	17	18	19
	祝日 「スポーツの日」 のため休館	ヨガ教室 11:00~12:00 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 <b>中止</b>		持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
20	21	22	23	24	25	26
	ちいき美化 14:00~15:00	創作くらぶ 11:00~12:00 持ち寄り夕食会 18:00~19:00 <b>中止</b>		持ち寄り夕食会 18:00~19:00	休館日	休館日
27	28	29	30	31		
	セレクト音楽 14:00~15:00			事務処理日 のため休館		

## 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

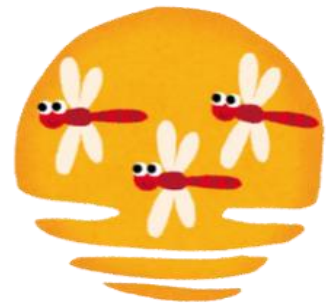
・利用には契約（登録）が必要です。

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<10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
- ストレッチ<第1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。
- なぎのお気軽散歩<10月8日(火) 13:15集合 >  
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。
- ヨガ教室<10月15日(火) 11:00～12:00>  
参加費1回100円 初心者大歓迎♪ ※要予約
- ちいき美化活動<10月21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!!
- 創作くらぶ<10月22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<10月28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。

※10月14日(月) 祝日「スポーツの日」のため休館

※10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。