

2024年 11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
祝日 「文化の日」 のため休館	振替休日 のため休館	持ち寄り食会 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
20	18	19	20	21	22	23
	ストレッチ 15:00~15:30	合同ヨガ教室 10:15~11:30 持ち寄り食会 18:00~19:00 中止	なぎのお気軽散歩 13:30~	持ち寄り夕食会 18:00~19:00 中止	休館日	休館日
24	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 持ち寄り食会 18:00~19:00 中止		事務処理日 のため休館	バス旅行 OP休館日	

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>
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<11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。
- 合同プログラム「ヨガ教室」<11月19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**
- なぎのお気軽散歩<11月20日(火) 13:30現地集合>
ウェルピアへ葛飾区民作品展を見に行きます。
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。
- ちいき美化活動<11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!!
- 創作くらぶ<11月26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<11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。
- バス旅行<11月29日(金)9:00～> 江戸東京たてもの園
詳細はスタッフ又は掲示板をご覧ください。 **※要予約**

※11月4日(月) 祝日「文化の日」振替休日のため休館

※11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。