

2021年度 汐入ふれあい館

6月 成人だよい



<住所>荒川区南千住8-2-2 <電話>03-3806-9928

<開館時間> 9:00~20:00 (感染拡大状況によって変更されることがあります)



<受託運営>社会福祉法人雲柱社

日	月	火	水	木	金	土
		1 健康体操 13:15~14:00 大人のスポーツ 14:15~15:00	2	3 大人の卓球 13:15~14:15	4	5 サロン 図書室が ご利用になれます
6 サロン 図書室が ご利用になれます	7	8 健康体操 13:15~14:00 大人のスポーツ 14:15~15:00	9 スマホ講座 14:30~15:30 ※申込みプログラム	10 大人の卓球 13:15~14:15	11	12 サロン 図書室が ご利用になれます
13 サロン 図書室が ご利用になれます	14	15 健康体操 13:15~14:00 大人のスポーツ 14:15~15:00	16 書道タイム 14:15~15:15	17 大人の卓球 13:15~14:15	18	19 サロン 図書室が ご利用になれます
20 サロン 図書室が ご利用になれます	21	22 健康体操 13:15~14:00 大人のスポーツ 14:15~15:00	23 絵手紙タイム 14:15~15:30	24 大人の卓球 13:15~14:15	25	26 サロン 図書室が ご利用になれます
27 サロン 図書室が ご利用になれます	28 大人の卓球 7月申込み開始 10:00~	29 健康体操 13:15~14:00 大人のスポーツ 14:15~15:00	30	 <p>←汐入ふれあい館 ホームページ</p> <p>※今後の感染拡大状況によって、 プログラムの変更がある場合がございます。 最新情報に関してはこちらに 掲載されています。</p>		



ふれあい館 6月の成人プログラム

健康体操

動きやすい服装でお越しください。

テーマ【腰痛予防】

1・8・15・22・29日（火）
13：15～14：00

大人のスポーツタイム

テーマにそったスポーツにチャレンジします。

テーマ【ボッチャ】1・15・29日（火）

【フリスビー&シュート】8・22日（火）
14：15～15：00

書道タイム

16日（水）14:15～15:15

用具はふれあい館にもございます。

今月の漢字：「質実剛健」「梅雨」

※定員 当日先着8名

絵手紙タイム

23日（水）14：15～15:30

用具はふれあい館にもございます。

描きたい画材があればお持ちください。

※定員 当日先着8名

大人の卓球

3・10・17・24日（木）13:15～14:15

用具はふれあい館にもございます。

※多目的室入室は13:10になります。

※定員 14名 10：00～申込み開始

7月の申込みは、6/28（月）～

ころばん体操

今月はお休みです。

※ころばん体操のお問い合わせは荒川区保健所
健康推進課まで ☎3802-3111（内線432）

カラオケ

今月はお休みです。

ふれあい館に関する
アンケートはこちら。 →
ご意見・ご要望
をお待ちしております。



～スマホ講座（基礎編）～

日時：6/9（水）14：30～15：30

場所：2F 和室 ※5/26（水）10:00～ 2F 事務室または電話にてお申込みできます。

定員：先着10名

※プログラムの詳しい内容については別紙のチラシをご確認ください。

