

* 上落合地域交流館 *

< 館たより 2月号 >

NO. 149

ご利用の際のお願い

- ◎発熱や体調がすぐれない場合は来館をお控えください。
 - ◎検温、マスクの着用、手洗い、手指の消毒をお願いいたします。
 - ◎衛生上、靴下の着用をお願いいたします。
- ※今後の感染状況によって、予定が変更されることがあります。



「演芸鑑賞会（落語）」

開催日：2月26日(日)
開演時間：14:00~15:00
(当日受付開始：13:30~)
募集開始日：2月2日(木)
定員：40名(先着順)
参加費：無料



詳細は当館受付窓口及びお電話にてお尋ねください。

◎主催：自主事業運営委員会

「気軽に折り紙」

2月は「テディ・ベア」を作ります。
皆に愛されるテディ・ベア。一緒に作りませんか。

日時：2月17日(金)
10:00~11:30

定員：12名(先着順)
受付開始：2月3日(金)~

当館受付窓口及びお電話にて
※ご参加には当館利用証が必要です



お風呂利用について

- 利用時間：12:00~15:00
- 女性入浴：月曜日、水曜日、金曜日
- 男性入浴：火曜日、木曜日、土曜日

◎事前電話予約制となります。

予約方法については、お電話にてお問合せください。

マッサージサービス

今月は 13日(月)です

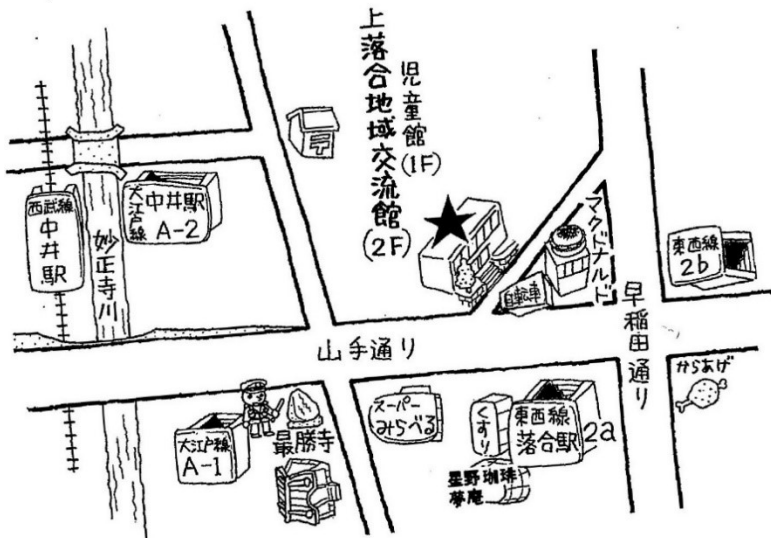
《施術時間》13:00~17:00

《料金》30分 1000円/1時間までお申し込み可能です。
(消毒の時間含)

《受付時間》当日 9:00~16:00

◎フェイスタオル、バスタオル、枕の代わりになるもの
をご持参ください。

※ご利用には当館利用証が必要です。



上落合地域交流館

指定管理者：生活協同組合・東京高齢協

〒161-0034 新宿区上落合 2-28-8 高山ビル本館 2階

TEL 3360-1414 FAX 3360-1477

《開館時間》9:00~18:00

《休館日》12月29日~1月3日

●東京メトロ東西線「落合」2a・2b 出口~徒歩3分

●都営大江戸線「中井」A2 番出口~徒歩7分

●西武新宿線「中井」から徒歩10分

※新宿区在住の60歳以上の方がご利用できます。

個人登録には公的身分証明書が必要です。

2月の予定

日	月(風呂・女性)	火(風呂・男性)	水(風呂・女性)	木(風呂・男性)	金(風呂・女性)	土(風呂・男性)
			1 ★太極拳・棒気功★ 10:00～11:00	2 	3 ★iPadを使って 楽しい折り紙★ 10:00～11:30 ★貼り絵★ 14:00～16:00	4 ★体操広場★ 9:30～11:15 (2部制)
5 ★くつろぎの部屋★ 11:00～12:00	6	7	8 ★体操広場★ 9:30～11:15 (2部制)	9 	10 ★新宿いきいき体操★ 10:00～11:45 (2部制) ★歌声ルーム★ 14:00～15:20	11 ★体操広場★ 9:30～11:15 (2部制)
12 ★レディース健康 麻雀入門教室★ 9:30～12:00	13 ★マッサージ★	14 ★おもしろ外国語★ 14:00～15:30	15 ★体操広場★ 9:30～11:15 (2部制) ★iPadで楽しむ★ 14:00～15:30	16 ★貼り絵★ 14:00～16:00	17 ★気軽に折り紙★ 10:00～11:30 ★古典を楽しむ★ (百人一首を楽しむ) 14:00～15:30	18 ★体操広場★ 9:30～11:15 (2部制) ★ポッチャ教室★ 14:00～15:30
19 ★サンデーヨガ★ 10:00～11:15	20 	21 ★iPadで楽しむ★ 14:00～15:30	22 ★体操広場★ 9:30～11:15 (2部制) ★なつかし映画★ 14:00～16:10	23 ★貼り絵★ 14:00～16:00	24 ★新宿いきいき体操★ 10:00～11:45 (2部制) ★歌声ルーム★ 14:00～15:20	25 4月分 団体利用申請日
26 ★サンデーヨガ★ 10:00～11:15 ★演芸鑑賞会★ 14:00～15:00	27 	28 ★四季の ものづくり★ 14:00～15:30	<p>【モーニング体操開催中】</p> <p>毎朝 9:15 から 10 分間の ラジオ体操。 当日参加もOKです！</p> 			

★くつろぎの部屋★

～二胡演奏のひとつとき～

日曜の昼のひとつとき

「二胡」の演奏を楽しみませんか？

予約受付中

- 開催日:2月5日(日)
- 開催時間:11:00～12:00
(入場時間 10:30～)
- 定員:30名(先着順)
- 参加費:無料

※ご参加には当館利用証が必要です。

「古典を楽しむ」

(旧)百人一首を楽しむ

テーマに沿った資料を基に、講師による説明で和歌古典の世界を楽しみます。

開催日:2月17日(金)
時間:14:00～15:30
募集開始:1月25日(水)～
定員:16名(先着順)

持ち物:筆記用具
詳細は当館受付窓口及びお電話にてお尋ねください。

★その他の講座★

- ◎iPadで楽しむ 定員 6名
- ◎懐メロ・歌声ルーム 定員 20名
- ◎新宿いきいき体操 定員 10名
- ◎四季のものづくり 定員 12名
- ◎太極拳 定員 10名
- ◎サンデーヨガ 定員 13名
- ◎レディース麻雀教室 定員 12名
- ◎ポッチャ教室 定員 12名
- ◎なつかし映画会 定員 15名

※予約受付開始日など詳細は当館(3360-1414)までお問い合わせください。

ご利用には当館利用証が必要です。