

中落合だより

令和4年
8月号



まちなか避暑地もやっています！

実施期間：6月1日（水）～9月30日（金）

窓辺に広がる広いベランダ、木々の緑と小鳥の声が心地よい館です。



8月の行事

太極拳

6日・20日(土) 10:00～11:15
26日(金) 10:00～11:15
初めての方でも無理のないやさしい太極拳です。
定員各15人 ※7/20・9時～予約開始

新宿いきいき体操

1回目 8日(月) 13:30～14:30
2回目 22日(月) 13:30～14:30
誰でも気軽に楽しく参加できるストレッチ体操です。
※1回目 8/1・9時～予約開始
※2回目 8/15・9時～予約開始 定員各10人

フラダンス教室

2日・16日(火) 10:30～11:30 定員各15人
ハワイアンミュージックに合わせて踊ります。
※7/19の講座終了後～8月分の予約開始

シネマ中落合

14日・21日・28日(日) 13:30～15:30
★内容は館内に掲示しています。
定員各17人 ※7/31・9時～予約開始

楽しく便利な iPad 教室

6日(土) ①13:00～14:00
②15:00～16:00
20日(土) ①13:00～14:00
②15:00～16:00
定員各6人 ※7/31・9時～予約開始



健康麻雀・入門教室

11日・25日(木) 9:30～12:00
初心者のためのやさしい麻雀入門教室です。
定員各12人 ※7/28・9時～予約開始

スマホ教室

15日(月) 13:30～15:00
「アプリを楽しもう」
定員8人 ※8/5・9時～予約開始

季節のものづくり講座

23日(火) 14:00～16:00
折り紙や手芸などのものづくりを楽しみましょう！今月は折り紙で「金魚の飾り」を作ります。
定員10人 ※8/10・9時～予約開始



★各講座、予約開始日より先着順での受付となります。(電話予約可)

★ご来館にあたってのお願い★

- ① マスクの着用と検温
 - ② 館内利用の際は手指の消毒
 - ③ 大きな声での会話は控える
 - ④ 体調不良の際は来館を控える
- ※マッサージ機、ヘルストロン、囲碁・将棋のご利用は可能です。
※「新型コロナウイルス感染拡大防止のためのチェックリスト」を確認し項目に該当する場合、ご利用をお断りすることがあります。
※定期的に換気を実施しています。

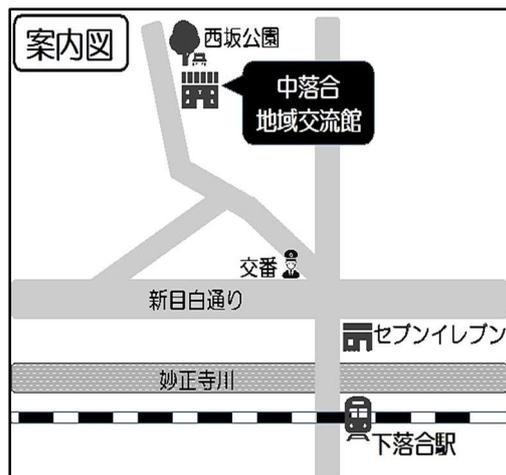
新宿区立中落合地域交流館 指定管理者：生活協同組合・東京高齢協

★〒161-0032 東京都新宿区中落合 2-7-24
Tel 03-3952-7163 Fax 03-3565-2530

★開館時間：9時～18時
(団体利用は22時まで)

8月の予定表・新宿区立中落合地域交流館

日	月 風呂・男性	火 風呂・女性	水 風呂・男性	木 風呂・女性	金 風呂・男性	土 風呂・女性
	1	2	3	4	5	6
		フラダンス 10:30~11:30	脳はつらつ教室 14:00~15:30 7月~9月分受付終了			太極拳 10:00~11:15 iPad ①13:00②15:00
7	8	9	10	11	12	13
	新宿いきいき体操 13:30~14:30			健康麻雀 9:30~12:00	マッサージ 13:00~17:00	貼り絵&ぬり絵 14:00~16:00
14	15	16	17	18	19	20
シネマ中落合 13:30~15:30	スマホ教室 13:30~15:00	フラダンス 10:30~11:30	脳はつらつ教室 14:00~15:30 7月~9月分受付終了		出張相談会 11:00~12:00	太極拳 10:00~11:15 iPad ①13:00②15:00
21	22	23	24	25	26	27
シネマ中落合 13:30~15:30	新宿いきいき体操 13:30~14:30	ものづくり講座 14:00~16:00	脳はつらつ教室 14:00~15:30 7月~9月分受付終了	健康麻雀 9:30~12:00	太極拳 10:00~11:15	貼り絵&ぬり絵 14:00~16:00
28	29	30	31			
シネマ中落合 13:30~15:30			脳はつらつ教室 14:00~15:30 7月~9月分受付終了	風呂利用を再開しました。 (予約制)		



●西武新宿線「下落合駅」徒歩6分

★マッサージサービス★ 今月は12日(金)

時間 13:00~17:00 受付 9:00~16:30まで
1回 30分 1,000円の費用がかかります。
当日朝9時から電話で事務所にお申込みください。

★ご利用方法★

- ・新宿区在住で、60歳以上の方がご利用できます。
- ・ご利用の際には「利用証」を受付にご提出下さい。
- ・「利用証」は保険証・免許証などの身分証明書と緊急連絡先の電話番号をいただいで発行いたします。