



信濃町  
シニア活動館  
だより

利用者懇談会のお知らせ

1月20日(月) 13時30分~14時30分

さらに充実したシニア活動館にするために、みなさまのご意見やご要望をお聞かせください。

★防災ミニ講座、意見交換会、利用者アンケート結果報告 他



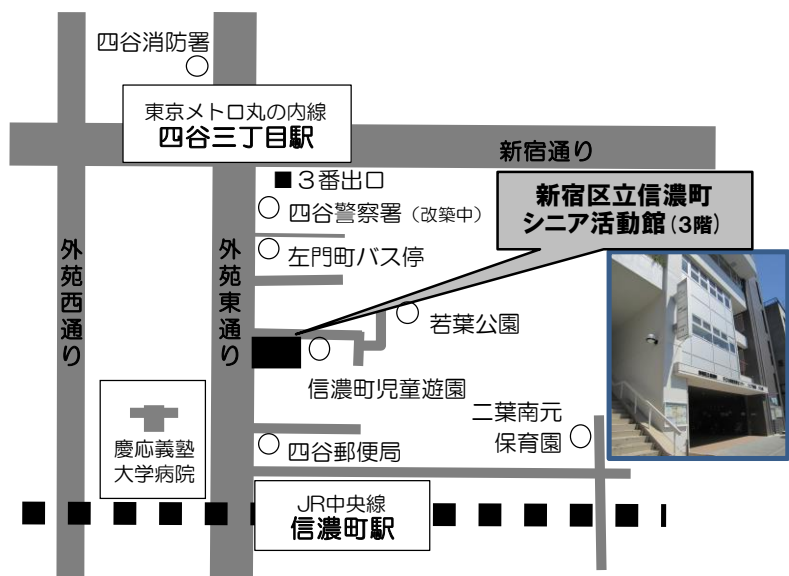
<p><b>うたごえ広場</b></p>	<p>当日先着 60名</p>	<p><b>筑前琵琶演奏会「新宿新春の集い」</b></p>	<p>当日先着 60名</p>
<p>1月12日(日) 14時~16時 皆で懐かしい童謡・唱歌・昭和歌謡などをピアノの伴奏に合わせて合唱します。 参加費：無料</p>		<p>1月13日(月・祝) 13時~16時30分 奥村旭翠先生(人間国宝)による筑前琵琶「壇ノ浦」、しなの会による踊り「水戸黄門音頭」ほか 参加費：無料</p>	
<p><b>子ども園うたの会</b></p>	<p>当日参加 OK</p>	<p><b>ぐるーぷ・カナリヤ朗読会</b></p>	<p>当日先着 40名</p>
<p>1月17日(金) 11時30分~11時45分 子ども園のかわいい園児たちが、一生懸命覚えた歌を聞かせてくれます。 参加費：無料</p>		<p>1月19日(日) 14時~15時30分 カナリヤメンバーが美しい日本語で奏でる朗読を楽しんでみませんか? 参加費：無料</p>	
<p><b>ボランティアサークルしなの</b></p>	<p>当日参加 OK</p>	<p><b>出張相談会</b></p>	<p>当日参加 OK</p>
<p>1月22日(水) 13時30分~15時30分 利用者から集めた使用済みの切手を整理し、社会福祉協議会を通して寄付しています。 参加費：無料</p>		<p>1月22日(水) 14時30分~16時 生活の中での困りごと、心配事のご相談をお受けします。「自動通話録音機」の紹介も行います。詳細は館内チラシをご参照ください。 参加費：無料</p>	
<p><b>ハッピールーム</b></p>	<p>当日参加 OK</p>	<p><b>ビブリオバトル(書評会)</b></p>	<p>要申込 先着8名</p>
<p>1月24日(金) 13時30分~16時 折り紙や塗り絵、将棋、iPadなど、誰でも参加できます。お気軽に遊びに来てください。 参加費：無料</p>		<p>1月27日(月) 15時~16時30分 5分で本を紹介。読みたくなった本に投票。持ち物：おすすめの本一冊 協力：四谷図書館 申込受付開始：12月20日 参加費：無料</p>	
<p><b>インターネットパソコン教室</b></p>	<p>要申込 先着4名</p>	<p><b>iPadで脳トレを楽しもう!</b></p>	<p>要申込 先着4名</p>
<p>1月31日(金) 10時30分~12時 文字の入力、マウスの使い方から始めます。インターネットを使って様々な情報を探してみましよう。 申込受付開始：1月4日 参加費：無料</p>		<p>2月7日(金)、21日(金) 9時30分~10時20分 遊びの感覚でご参加ください。両日とも同じ内容です。都合の良い日でお申し込み下さい。 申込受付開始：1月18日 参加費：無料</p>	

※要申込・抽選の事業は、指定期間に電話、FAX、受付にてお申込み下さい。

# 1月

で囲まれた講座は自由参加です。当日、お気軽にお越しください。

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	2	3	4
			休館日	休館日	休館日	
						
5	6	7	8	9	10	11
		四谷地区協 ストレッチ 10:00～11:00 300円	マッサージサービス 13:00～17:00		iPadで脳トレ 9:30～10:20 健康体操 10:30～11:30	
12	13	14	15	16	17	18
うたごえ広場 14:00～16:00	筑前琵琶演奏会 「新宿新春の集い」 13:00～16:30	四谷地区協 ストレッチ 10:00～11:00 300円	吹き矢広場 10:00～11:30 初回のみ420円 マッサージサービス 13:00～17:00		iPadで脳トレ 9:30～10:20 健康体操 10:30～11:30 こども園うたの会 11:30～11:45 悠悠体操 14:00～15:00	映画 13:30～ 麻雀ひろば 13:00～16:30
19	20	21	22	23	24	25
ぐるーぶ・カナリヤ 朗読会 14:00～15:30	利用者懇談会 13:30～14:30 葉彩会 はがき絵体験会 13:30～15:30	四谷地区協 ストレッチ 10:00～11:00 300円	ボランティア サークルしなの 13:30～15:30 出張相談会 14:30～16:00	悠悠体操 14:00～15:00	健康体操 10:30～11:30 ハッピールーム 13:30～16:00	3月分 団体利用申請
26	27	28	29	30	31	
	ビブリアバトル 15:00～16:30 	四谷地区協 ストレッチ 10:00～11:00 300円	麻雀フリールーム 13:00～16:30		パソコン教室 10:30～12:00 健康体操 10:30～11:30 映画 13:30～	



初めてご利用になる方は登録が必要です。  
50歳以上の新宿区民であることが分かる  
身分証明書、健康保険証などをお持ちください。

指定管理者:生活協同組合・東京高齢協  
**新宿区立信濃町シニア活動館**

〒160-0016 新宿区信濃町20  
電話03-5369-6737 FAX03-5369-6738  
HP <http://t-koureikyou.or.jp/>

**【交通のご案内】**

JR中央線「信濃町」駅から徒歩4分  
地下鉄丸ノ内線「四谷三丁目」3番出口から徒歩10分  
都営バス〈品97〉「左門町」徒歩1分