

# 山吹町地域交流館だより

## 2月号

# 冬のぬくもい



### 春日先生の健康講座 開催!

講師: 春日崇臣氏(春日クリニック院長)

2月22日(水) Withコロナ  
13:00~14:00 の健康管理!

定員 15名 (予約制)



### デュエット大会 <自主事業運営 委員会主催>

2月26日(日) 13:00~16:00



### 山吹 ゲーゴル 競技大会

2月27日(月) 13:00~15:00



### なつかし映画上映会

2月21日(火)  
14:00~16:00  
定員 14名 (予約制)



### 手作りサロン

2月11、25日(土)  
13:00~(1部)定員8名  
14:30~(2部)(予約制)



### 新しいテーブルゲーム

2月11、25日(土)  
10:00~12:00  
定員 8名(予約制)



### フリー 麻雀

(女性限定)  
毎週 月曜日  
9:30~12:00



### すべての教室、無料 レッスン!

専門講師  
による指導

#### 大正琴教室

毎週 水曜日  
14:00~15:30  
定員 6名 (予約制)



#### スマホ教室

2月7日(火)  
14:00~15:30  
定員 10名 (予約制)



#### 麻雀入門教室

2月4日、18日(土)  
10:00~12:00  
定員 8名 (予約制)



#### 脳リフレッシュ教室

2月7日、21日(火)  
14:00~15:00  
定員 8名 (予約制)



#### フリー カラオケ

毎週 木曜日 13:00~16:00



#### フリー軽スポーツ

ポッチャ 2月1日(水)  
モルック 2月8日(水)  
ピンポン 2月13日(月)  
ダーツ! 2月15日(水)  
14:00~15:30  
定員 14名(予約制)



## 体操講座に参加して、コロナに負けない身体づくりを!

毎朝健康ラジオ体操	毎朝	9:15~ (15分)	定員 5名
新宿いきいき体操	月曜日	10:00~ (60分)	定員 10名
太極拳教室	第2・4水曜日	10:00~ (75分)	定員 14名
ヨガ教室【第一部】	木曜日	14:00~ (55分)	定員 10名
”【第二部】	”	15:00~ (55分)	定員 10名



### < お願い >

- ・来館前に検温をしてきてください。
- ・マスク着用、咳エチケット、手指消毒を徹底してください。
- ・社会的距離を確保し、大きな声での会話は控えてください。

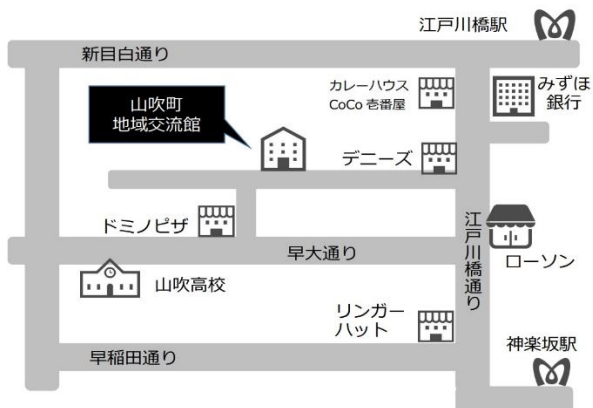
感染症の拡大等により、事業実施  
を延期する場合があります。

甘い球 よしスマッシュ!と  
思いきや ピンポン球は  
はるか彼方に



# \* 2月の予定 \*

日/風呂・休み	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
風呂利用は予約制です			1日	2日	3日	4日
			フリーポッチャ 14:00~15:30 (予約制) 大正琴教室 14:00~15:30 (予約制)	フリーカラオケ 13:00~16:00  ヨ-ガ教室 14:00~14:55 15:00~15:55 (2部・予約制)		健康麻雀 入門教室 10:00~12:00 (予約制)
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
	いきいき体操 10:00~11:00 (予約制) 女性限定麻雀 9:30~12:00 (予約制)	スマホ教室 14:00~15:30 (予約制) 脳リフレッシュ 教室(予約制) 14:00~15:00	太極拳(予約制) 10:00~11:15 フリーモルック 14:00~15:30 大正琴教室 14:00~15:30	フリーカラオケ 13:00~16:00  ヨ-ガ教室 14:00~14:55 15:00~15:55 (2部・予約制)		テーブルゲーム 10:00~12:00 手作りサロン 13:00~14:30 14:30~16:00 (2部・予約制)
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
	いきいき体操 10:00~11:00 女性限定麻雀 9:30~12:00 フリーピンポン 14:00~15:30	マッサージ 13:00~17:00 ※予約は当日 9:00~開始	フリーダーツ 14:00~15:30 (予約制) 大正琴教室 14:00~15:30 (予約制)	フリーカラオケ 13:00~16:00  ヨ-ガ教室 14:00~14:55 15:00~15:55 (2部・予約制)		健康麻雀 入門教室 10:00~12:00 (予約制)
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
	いきいき体操 10:00~11:00 (予約制) 女性限定麻雀 9:30~12:00 (予約制)	映面上映会 14:00~ (予約制) 脳リフレッシュ 教室(予約制) 14:00~15:00	太極拳(予約制) 10:00~11:15 健康講座 13:00~14:00 大正琴教室 14:00~15:30	フリーカラオケ 13:00~16:00  ヨ-ガ教室 14:00~14:55 15:00~15:55 (2部・予約制)		テーブルゲーム 10:00~12:00 手作りサロン 13:00~14:30 14:30~16:00 <b>団体予約4月分</b>
26日	27日	28日	<p style="font-size: 1.2em; color: red;">★毎朝健康ラジオ体操★</p> <p style="font-size: 1.2em; color: red;">毎朝9:15~9:30</p> 			
デュエット大会 13:00~16:00	いきいき体操 10:00~11:00 女性限定麻雀 9:30~12:00 ゲーゴル大会 13:00~15:00					



- 有楽町線 江戸川橋駅(2番出口) 徒歩 10分
- 東西線 神楽坂駅(2番出口) 徒歩 15分
- 都バス 新宿山吹高校前下車 徒歩 3分

☆マッサージサービス☆

2月は14日(火)です。

- ・時間は13:00~17:00
- ・受付は当日9:00~16:30まで  
(電話・窓口にて)
- ・料金は30分1000円/1時間まで

指定管理者：生活協同組合・東京高齢協  
山吹町地域交流館

162-0801 新宿区山吹町 342 Tel/Fax3269-6189

- ・開館時間：9:00~18:00
- ・休館日：12月29日~1月3日
- ・新宿区民で60歳以上の方