山吹町地域交流館たより　3月号

春の風すぐそこ

カラオケ大会　開催！

＜自主事業運営委員会主催＞

3月26日(日)　13:00～15:00

定員40名程度（予約制）　あなたの素敵な歌声を聴かせてね♪♪♪♪

楽しいテーブルゲーム

3月9,16,30日(木)、25日(土)

10:00～12:00　定員8名(予約制)

フリー麻雀（レディース）

毎週　月曜日 9:30～12:00

なつかし映画上映会

3月30日(木)

14:00～16:00

定員14名（予約制）

手作りサロン

3月11日、25日(土)

13:00～(1部)　定員8名

14:30～(2部)　(予約制)

フリーカラオケ

毎週　木曜日

13:00～16:00　定員5名

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

3月7日(火)

14:00～15:30

定員10名（予約制）

麻雀入門教室

3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

3月7日、21日(火)

14:00～15:00

定員8名（予約制）

フリー軽スポーツ

楽しく、身体を動かそう！

ダーツ！	3月1日(水)
モルック	3月8日(水)
〃	29日(水)
ピンポン	3月13日(月)
ボッチャ	3月15日(水)
ゲーゴル	3月22日(水)

14:00～15:30

定員16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
ヨーガ教室【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。

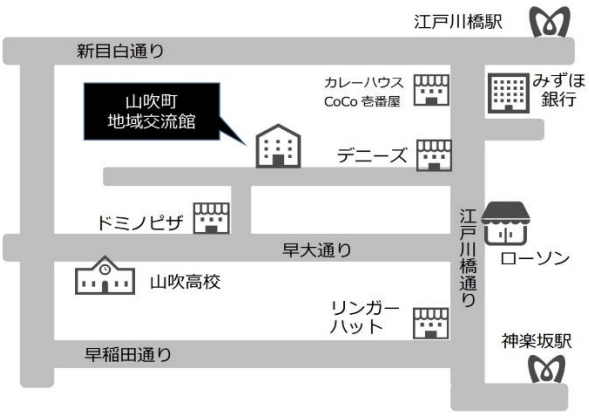
感染症の拡大等により、事業実施を延期する場合もあります。

涙出る　何度も観たわ
この映画　忘れられない
想いを抱いて

山吹町地域交流館　TEL・FAX 3269-6189

＊3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 ★毎朝健康ラジオ体操★ 毎朝９：１５～９：３０			**1日** 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）	**2日** フリーカラオケ 13：00～16：00 ヨーガ教室 14：00～14：55 15：00～15：55 （2部・予約制）	**3日**	**4日** 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） レディース麻雀 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	テーブルゲーム 10：00～12:00 フリーカラオケ 13：00～16：00 ヨーガ教室 ①14：00②15：00		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 レディース麻雀 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	フリーボッチャ 14：00～15：30 （予約制） 大正琴教室 14：00～15：30 （予約制）	テーブルゲーム 10：00～12:00 フリーカラオケ 13：00～16：00 ヨーガ教室 ①14：00②15：00		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） レディース麻雀 9：30～12:00 （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 フリーゲーゴル 14：00～15：30 大正琴教室 14：00～15：30	フリーカラオケ 13：00～16：00 ヨーガ教室 14：00～14：55 15：00～15：55 （2部・予約制）		団体利用受付 5月分 テーブルゲーム 10：00～12:00 手作りサロン ①13：00②14：30
26日	**27日**	**28日**	**29日**	**30日**	**31日**	
カラオケ大会 13：00～15:00	いきいき体操 10：00～11:00 （予約制） レディース麻雀 9：30～12:00 （予約制）	マッサージ 13：00～17：00 ※予約は当日 9：00～開始	フリーモルック 14：00～15：30 （予約制）	テーブルゲーム 10：00～12:00 なつかし 映画上映会 14：00～ （予約制）		



●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☆

３月は 14 日(火)、28 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