

* 上落合地域交流館 *

< 館たより 10月号 >

NO. 157



☆funfun ギャラリー (展示会) ☆

当館ご利用者の作品を多数展示予定！
たくさんのご来館お待ちしております。
イベントも毎日開催！！

開催日：10月29日(日)～31日(火)

開催時間：9:00～18:00

(最終日は片づけ作業のため16時まで)

<各日イベント>

- ・10月29日 メイク講座(変更の場合あり)
- ・10月30日 相談コーナー&似顔絵コーナー
- ・10月31日 相談コーナー&似顔絵コーナー

●「見守りキーホルダー」等の相談ができます。
(落合第二高齢者総合相談センター来館)

●プロの漫画家さんが、あなたの似顔絵を描きます。
是非お立ち寄りください。

※イベント時間・詳細は当館までお尋ねください。

「気軽に折り紙」

10月は、ハロウィンの

「魔女とカボチャを持った猫」

を作って飾りましょう。

日時：10月20日(金)

10:00～11:30

定員：12名(先着順)



受付開始：10月6日(金)～

当館受付窓口及びお電話にて

マッサージサービス

今月は 16日(月)

《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

◎持ち物等は予約時にお問合せ下さい。

☆スマホ講習会☆-予約受付中-

「LINE(ライン)」のことを、ゆっくりと丁寧に教えます。
LINEをもっと知りたい方、良くわからない方
これから始めてみたい方、ご参加お待ちしております。

●日時：10月5日(木)14:00～16:00

●定員：10名(先着順)

●参加費：無料

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

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

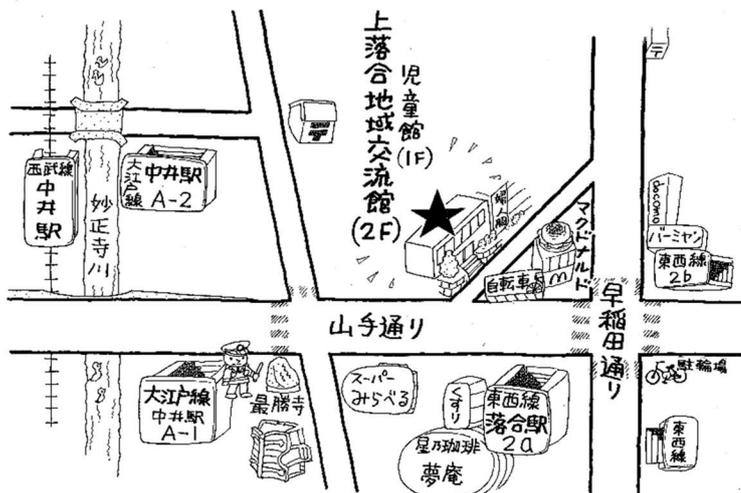
●東京メトロ東西線「落合」2a・2b出口～徒歩3分

●都営大江戸線「中井」A1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。



10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	2	3	4	5	6	7
☆サンデーヨガ☆ 10:00~11:15		☆iPadで楽しむ☆ 14:00~15:30	☆太極拳 /棒気功☆ 10:00~11:00 ☆フリカラ☆ 13:30~15:30	☆レディース健康 麻雀入門教室☆ 9:30~11:30 ☆スマホ講習会☆ 14:00~16:00	☆貼り絵☆ 10:00~12:00	☆体操広場☆ 9:30~11:15 (2部制)
8	9	10	11	12	13	14
☆レディース健康 麻雀入門教室☆ 9:30~12:00		☆フリカラ☆ 10:00~12:00	☆体操広場☆ 9:30~11:15 (2部制)		☆新宿いきいき体操☆ 10:00~11:45 (2部制) ☆歌声ルーム☆ 14:00~15:20	☆朝からシネマ☆ 10:00~12:10 ☆かみおち広場☆ 9:30~11:30
15	16	17	18	19	20	21
☆サンデーヨガ☆ 10:00~11:15	☆マッサージ☆	☆iPadで楽しむ☆ 14:00~15:30	☆体操広場☆ 9:30~11:15 (2部制) ☆フリカラ☆ 13:30~15:30	☆貼り絵☆ 14:00~16:00	☆気軽に折り紙☆ 10:00~11:30 ☆古典を楽しむ☆ 14:00~15:30	☆体操広場☆ 9:30~11:15 (2部制) ☆ポッチャ教室☆ 14:00~15:30
22	23	24	25	26	27	28
		☆フリカラ☆ 10:00~12:00 ☆四季のものづくり☆ 14:00~15:30 ☆韓国語講座☆ 14:00~15:30	☆体操広場☆ 9:30~11:15 (2部制) ☆なつかし映画☆ 14:00~16:00	☆ポッチャであそぼ☆ 10:00~11:30 ☆貼り絵☆ 14:00~16:00	☆新宿いきいき体操☆ 10:00~11:45 (2部制) ☆歌声ルーム☆ 14:00~15:20	☆体操広場☆(2部制) 9:30~11:15 ☆かみおち広場☆ 9:30~11:30
29	30	31	<p><講座の日程変更について></p> <p>10月の「おもしろ韓国語講座」は、 10月10日⇒10月24日 午後14:00~15:30に変更になります。 ご了承ください。</p>			
funfun ギャラリー 9:00~18:00	funfun ギャラリー 9:00~18:00	funfun ギャラリー 9:00~16:00				



12月分
団体利用申請日

「かみおち広場」(麻雀)

10月より2回開催いたします。ご参加お待ちしております。点数数えられる方大歓迎です

開催日:1回目:10月14日(土)

2回目:10月28日(土)

時間:9:30~11:30(娯楽室)

定員:12名:3卓(先着順)

予約受付開始:9月30日(土)

参加費:無料

☆その他の講座☆

◎iPadで楽しむ	定員 6名	◎なつかし映画会	定員 15名
◎懐メロ・歌声ルーム	定員 20名	◎古典を楽しむ	定員 16名
◎新宿いきいき体操	定員 10名	◎フリカラ	定員 6名
◎四季のものづくり	定員 12名	◎気軽に折り紙	定員 12名
◎太極拳/棒気功	定員 10名	◎朝からシネマ	定員 15名
◎サンデーヨガ	定員 13名	◎かみおち広場	定員 12名
◎レディース麻雀教室	定員 12名	◎ポッチャであそぼ	定員 12名
◎ポッチャ教室	定員 12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。

※館ご利用・講座参加には当館利用証が必要です。