

令和6年5月号発行



早稲田南町地域交流館たより

ロス・ボラーチョス

オススメ

【日時】5月11日(土)14:00~
定員:20名/先着順

予約制

アンデス音楽の演奏を
楽しみましょう!



新講座のご案内

オススメ

*椅子ヨガ

予約制

【日時】5月6日(月)
13:00~/14:00~

(各クラス定員15名/先着順)

持ち物:セラバンド・フェイスタオル



*リズムストレッチ

予約制

【日時】5月20日(月)

13:00~/14:00~

(各クラス定員15名/先着順)

持ち物:フェイスタオル



開放 ご自由に参加いただけます。

卓球 5月6日(月)25日(土)10:00~

麻雀 5月7日(火)19日(日)10:00~

カラオケ 5月5日(日)29日(水)10:00~

ポール de ウォーク

予約制

5月13日(月)
10:00~
(定員:6名/先着順)



書道

予約制

5月22日(水)
10:00~/13:00~
(定員:各クラス8名/先着順)

懐かしの映画会

予約制

5月31日(金)13:00~
お問い合わせ下さい



卓球サークル

予約制

5月15日(水)29日(水)
13:00~

卓球教室

参加自由

5月31日(金)16:30~
児童館の子供たちと一緒に卓球の
先生に習いましょう!

健康麻雀

予約制

5月14日(火)31日(金)
10:00~12:00

※定員:12名/先着順



高齢者マッサージ

当日予約

5月10日(金)24日(金)
13:00~17:00
[料金]1000円(30分)

※当日9時より電話予約を
お受けします。

※ お電話又は窓口にてお申込みください 03-3208-2552
予約制に関しては4月25日から申し込み受付を開始します。



定期出張相談会

予約制

5月1日(水)14:00~16:00

榎町高齢者総合相談センターの職員が来館します。
完全予約制となりますので当館迄お申込み下さい。

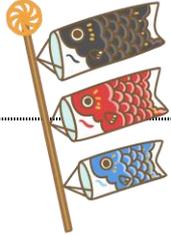
早稲田南町地域交流館

〒162-0043 新宿区早稲田南町50

電話(03)3208-2552/FAX(03)3208-2553

指定管理者:生活協同組合・東京高齢協

5月・早稲田南町地域交流館

日	月	火	水	木	金	土
	(風呂・女)	(風呂・男)	(風呂・女)	(風呂・男)	(風呂・女)	(風呂・男)
			1	2	3	4
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;">  <p>お風呂利用日 (12:00~15:00) 女:月・水・金/男:火・木・土 ※ドライヤーは各自にて ご用意ください</p> </div>		ポッチャ 10:00~	折紙サロン 10:00~ モルック 10:00~		
			出張相談会 14:00~	囲碁・将棋 13:00~	囲碁・将棋 13:00~	
5	6	7	8	9	10	11
カラオケ開放 10:00~	卓球開放 10:00~	麻雀開放 10:00~		ストレッチ教室 10:30~		
	椅子ヨガ 13:00~ 14:00~	囲碁・将棋 13:00~		囲碁・将棋 13:00~	マッサージ 13:00~	ロス・ボラー チヨス 14:00~
12	13	14	15	16	17	18
	P & W 10:00~ 折紙教室 10:00~	健康麻雀 10:00~	ポッチャ 10:00~	折紙サロン 10:00~		
	100トレ 13:00~ 14:00~	囲碁・将棋 13:00~ シニア脳活 14:00~	卓球サークル 13:00~	囲碁・将棋 13:00~		囲碁・将棋 13:00~
19	20	21	22	23	24	25
麻雀開放 10:00~	編物教室 10:00~		書道教室 10:00~			卓球開放 10:00~
	リズムストレッチ 13:00~ 14:00~	囲碁・将棋 13:00~ シニア脳活 14:00~	書道教室 13:00~	囲碁・将棋 13:00~	マッサージ 13:00~	団体利用申請 7月分受付
		囲碁・将棋 13:00~ シニア脳活 14:00~				囲碁・将棋 13:00~
26	27	28	29	30	31	
	折紙教室 10:00~		カラオケ開放 10:00~	モルック 10:00~	健康麻雀 10:00~	
	100トレ 13:00~ 14:00~	囲碁・将棋 13:00~ シニア脳活 14:00~	卓球サークル 13:00~	囲碁・将棋 13:00~	映画会 13:00~ 卓球教室 16:30~	

★「シニア脳活」は新宿区主催事業です。

お問い合わせは、新宿区介護予防係へ ☎03-5273-4568

★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」を受付にご提出ください。
- ・「利用証」は保険証・免許証などの身分証明書と本人以外の緊急連絡先の電話番号をいただいて発行します。