

令和6年6月号



早稲田南町地域交流館たより

まちなか避暑地はじめました

「おくすり・栄養との 上手な付き合い方～」

オススメ

予約制

【日時】6月5日(水)14:00～15:30

定員:20名/先着順

協力:クスの龍生堂薬局

薬局の薬剤師と管理栄養士が
お役立ち情報をお届けします!!

○×クイズやお薬手帳相談など

※ご相談のある方はお薬手帳のご持参がおすすめ



季節の花を生けよう

オススメ

予約制

【日時】6月30日(日)

14:00～16:00

定員:20名/先着順

早稲田南町地域交流館自主事業運営委員会

講師:平野瑞晶先生 草月流いけばな1級師範

持ち物:花切りばさみ(キッチンばさみ可)

ミニタオル

作品を持ち帰る袋



*開放*ご自由に参加いただけます

卓球 6月2日(日)22日(土)10:00～12:00

カラオケ 6月6日(木)10:00～12:00

麻雀 6月3日(月)16日(日)10:00～12:00

カラオケ 23日(日)13:00～15:00

モルック

予約制

6月8日(土)27日(木)

10:00～11:30

定員:10名/先着順

書道

予約制

6月19日(水)

10:00～/13:00～

定員:各クラス9名/先着順

懐かしの映画会

予約制

6月29日(土)

10:00～12:00

定員:20名/先着順



卓球サークル

予約制

6月14日(金)26日(水)

13:00～15:00

定員:8名/先着順



健康麻雀

予約制

6月9日(日)26日(水)

10:00～12:00

定員:12名/先着順



高齢者マッサージ

当日予約

6月21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5月25日(土)から申し込み受付を開始します。



まちなか避暑地

実施期間:6月1日(土)～9月30日(月)

利用時間:9:00～18:00

暑さをしのぐ「まちなか避暑地」として
お気軽に当館にお立ち寄りください。



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

6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)
30						1
季節の花を生けよう 14:00~16:00	※椅子ヨガ リズムストレッチ 参加予約の方は フェイスタオルを ご持参ください		お風呂利用日 (12:00~15:00) 女:月・水・金/男:火・木・土 ジャグジーが人気です! 一度に4人までお入り いただけます。			囲碁・将棋 13:00~17:00
2	3	4	5	6	7	8
卓球開放 10:00~12:00	麻雀開放 10:00~12:00		ポッチャ 10:00~12:00	カラオケ開放 10:00~12:00 折紙サロン 10:00~12:00		モルック 10:00~11:30
	椅子ヨガ 13:00~13:45 14:00~14:45	囲碁・将棋 13:00~17:00 シニア脳活 14:00~15:30	おくすり講座 14:00~15:30 出張相談会 14:00~16:00	囲碁・将棋 13:00~17:00		囲碁・将棋 13:00~17:00
9	10	11	12	13	14	15
健康麻雀 10:00~12:00	折紙教室 10:00~12:00			ストレッチ教室 10:30~12:00		
	100トレ 13:00~13:45 14:00~14:45	囲碁・将棋 13:00~17:00 シニア脳活 14:00~15:30		囲碁・将棋 13:00~17:00	卓球サークル 13:00~15:00	囲碁・将棋 13:00~17:00
16	17	18	19	20	21	22
麻雀開放 10:00~12:00	編物教室 10:00~12:00		ポッチャ 10:00~12:00 書道教室 10:00~12:00	折紙サロン 10:00~12:00		卓球開放 10:00~12:00
	リズムストレッチ 13:00~13:45 14:00~14:45	囲碁・将棋 13:00~17:00 シニア脳活 14:00~15:30	書道教室 13:00~15:00	囲碁・将棋 13:00~17:00	マッサージ 13:00~17:00	団体利用申請 8月分受付
23	24	25	26	27	28	29
	折紙教室 10:00~12:00		健康麻雀 10:00~12:00	モルック 10:00~11:30		映画会 10:00~12:00
カラオケ開放 13:00~15:00	100トレ 13:00~13:45 14:00~14:45	囲碁・将棋 13:00~17:00	卓球サークル 13:00~15:00	囲碁・将棋 13:00~17:00		囲碁・将棋 13:00~17:00

★「シニア脳活」は新宿区主催事業です。

◎講座に関するご質問は館までお問合せ下さい

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。

定期出張相談会

6月5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までお申込みください。