

令和6年8月号



早稲田南町地域交流館たより

まちなか避暑地やっています！

予約 骨盤体操

注目！

体験

【日時】8月9日(金)

13:00~13:45

定員:15名/先着順

持ち物:バスタオル

フェイスタオル



予約 笑顔でつなぐ

おすすめ

終活講座

【日時】8月21日(水)

14:00~16:00

定員:20名/先着順

終活に関する基本的な内容の

講座です



予約 スマホ操作勉強会

おすすめ

スマホの便利な使い方

【日時】8月30日(金)

14:00~16:00

定員:10名/先着順

協力:J:com

※受講後個別相談にもご対応



予約 リズムストレッチ

8月19日(月)

13:00~/14:00~

15:00~新規募集

定員:各回18名/先着順

持ち物:フェイスタオル

好評につき
8月は15時
枠増設！

開放 ご自由に参加いただけます ゆずりあってご参加ください

★ぬり絵 8月 毎週木曜日 13:00~16:00

卓球 8月 6日(火)20日(火) 10:00~12:00

麻雀 8月4日(日)11日(日)18日(日)10:00~12:00

カラオケ 8月4日(日)11日(日)18日(日)10:00~12:00

29日(木)13:00~15:00

夏のラジオ体操

自由参加

毎週日曜 9:15

4日 11日 18日 25日



予約 書道

8月28日(水)

10:00~/13:00~

定員:各クラス9名/先着順

予約 懐かしの映画会

8月31日(土)

13:00~15:00

定員:20名/先着順



予約 モルック

8月10日(土)

22日(木)

10:00~11:30

定員:10名/先着順

予約 卓球サークル

8月13日(火)

13:00~15:00

8月29日(木)

10:00~12:00

定員:8名/先着順

予約 健康麻雀

8月25日(日)

30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

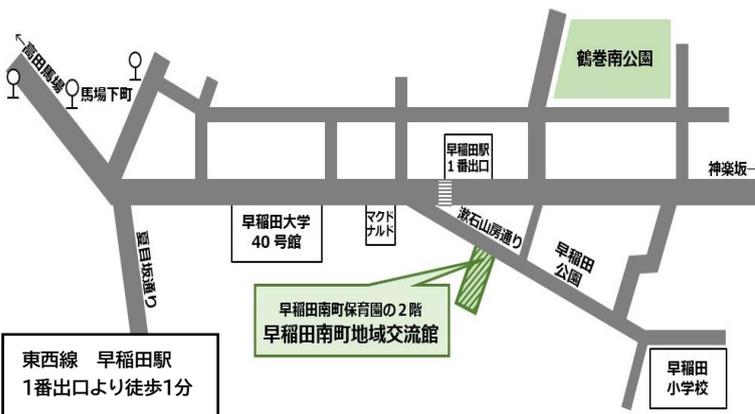
8月16日(金)

13:00~17:00

[料金]1000円(30分)

※当日午前9時より電話で
お申込みください

※ 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7月25日(木)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:9月30日(月)まで

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

8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	
毎週日曜日 朝9:15 ラジオ体操 実施中 ご参加お待ちしております！	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。 			折紙サロン 10:00~12:00			囲碁・将棋 13:00~17:00
4	5	6	7	8	9	10	
ラジオ体操		卓球開放 10:00~12:00	ポッチャ 10:00~12:00	ストレッチ教室 10:30~11:15		モルック 10:00~11:30	
カラオケ開放 麻雀開放 10:00~12:00	100トレ 13:00~13:45 14:00~14:45	囲碁・将棋 13:00~17:00 シニア脳活 15:00~16:30	出張相談会 14:00~16:00	ぬり絵 13:00~16:00	骨盤体操体験 13:00~13:45	囲碁・将棋 13:00~17:00	
11	12	13	14	15	16	17	
ラジオ体操	折紙教室 10:00~12:00			折紙サロン 10:00~12:00			
カラオケ開放 麻雀開放 10:00~12:00	100トレ 13:00~13:45 14:00~14:45	卓球サークル 13:00~15:00 囲碁・将棋 13:00~17:00		ぬり絵 13:00~16:00	マッサージ 13:00~17:00	囲碁・将棋 13:00~17:00	
18	19	20	21	22	23	24	
ラジオ体操	編物教室 10:00~12:00	卓球開放 10:00~12:00	ポッチャ 10:00~12:00	モルック 10:00~11:30		団体利用申請 10月分受付	
カラオケ開放 麻雀開放 10:00~12:00	リズムストレッチ 13:00~13:45 14:00~14:45 15:00~15:45	囲碁・将棋 13:00~17:00 シニア脳活 15:00~16:30	終活セミナー 14:00~16:00	ぬり絵 13:00~16:00		囲碁・将棋 13:00~17:00	
25	26	27	28	29	30	31	
ラジオ体操	折紙教室 10:00~12:00		書道教室 10:00~12:00	卓球サークル 10:00~12:00	健康麻雀 10:00~12:00		
健康麻雀 10:00~12:00	100トレ 13:00~13:45 14:00~14:45	囲碁・将棋 13:00~17:00 シニア脳活 15:00~16:30	書道教室 13:00~15:00	カラオケ開放 13:00~15:00 ぬり絵 13:00~16:00	スマホ操作 勉強会 14:00~16:00	映画会 13:00~15:00 囲碁将棋 13:00~17:00	

◎講座に関するご質問は館までお問合せ下さい

★「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

<p>★ご利用方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 	<p>定期出張相談会</p> <p>8月7日(水)14:00~16:00</p> <p>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。</p>
--	--