

# 山吹町地域交流館たより

# 5月号



## とびきりの初夏



### 生演奏・合唱会 開催!

生ギターと大正琴の演奏・伴奏

5月29日(月)  
14:00~15:00  
定員 16名 (予約制)



### ウォーク・ラリー < 自主事業運営委員会主催 >

5月28日(日) 10:00~12:00



### 山吹 ボッチャ 競技大会

5月31日(水) 13:00~15:00



### なつかし映画上映会

5月30日(火)  
14:00~16:00  
定員 16名 (予約制)



### 手作りサロン

5月13、27日(土)  
13:00~(1部)定員8名  
14:30~(2部)(予約制)



### 楽しいテーブルゲーム

毎週 木曜日  
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



### 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  
13:45~(1部) 15:00~(2部)  
定員 6名 (予約制)



#### スマホ教室

5月2日(火)  
14:00~15:30  
定員 10名 (予約制)



#### 麻雀入門教室

5月6日、20日(土)  
10:00~12:00  
定員 8名 (予約制)



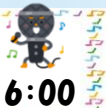
#### 脳リフレッシュ教室

5月2日、16日(火)  
14:00~15:00  
定員 8名 (予約制)



### フリー カラオケ

毎週 木曜日 13:00~16:00



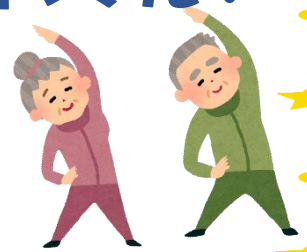
### フリー 軽スポーツ

モルック 5月3日(水)  
ピンポン 5月8日(月)  
ダーツ! 5月10日(水)  
ボッチャ 5月16日(火)  
ゲール 5月17日(水)  
14:00~15:30  
定員 14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 6名
新宿いきいき体操	月曜日	10:00~ (60分)	定員 12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 11名
”【第二部】	”	15:00~ (55分)	定員 11名



### < お願い >

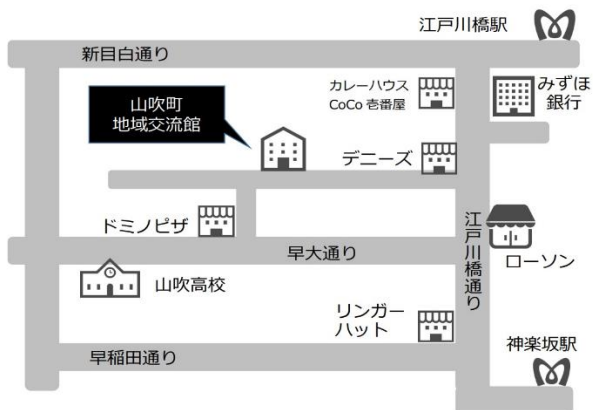
- ・社会的距離の確保や手指消毒等の基本的感染対策をお願いします。
- ・ご自身を感染から守るために、マスク着用が効果的です。
- ・各講座とも定員を設定していますので、ご協力をお願いします。

大正琴 優しく響く  
和の音色 演者はきつと  
素敵な女性(ひと)ね



# \*5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
<b>30日</b>	<b>1日</b>	<b>2日</b>	<b>3日</b>	<b>4日</b>	<b>5日</b>	<b>6日</b>
	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	フリーモルック 14:00~15:30 (予約制) 大正琴教室 ①13:45②15:00 (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 ヨガ教室 ①14:00②15:00		健康麻雀 入門教室 10:00~12:00 (予約制)
<b>7日</b>	<b>8日</b>	<b>9日</b>	<b>10日</b>	<b>11日</b>	<b>12日</b>	<b>13日</b>
	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	太極拳(予約制) 10:00~11:15 フリーダーツ 14:00~15:30 大正琴教室 ①13:45②15:00	テーブルゲーム 10:00~12:00 フリーカラオケ 13:00~16:00 ヨガ教室 ①14:00②15:00		手作りサロン 13:00~14:30 14:30~16:00 2部・予約制
<b>14日</b>	<b>15日</b>	<b>16日</b>	<b>17日</b>	<b>18日</b>	<b>19日</b>	<b>20日</b>
	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)	フリーポッチャ 14:00~15:30 (予約制) 脳リフレッシュ 教室(予約制) 14:00~15:00	フリーゲール 14:00~15:30 (予約制) 大正琴教室 ①13:45②15:00 (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 ヨガ教室 ①14:00②15:00		健康麻雀 入門教室 10:00~12:00 (予約制)
<b>21日</b>	<b>22日</b>	<b>23日</b>	<b>24日</b>	<b>25日</b>	<b>26日</b>	<b>27日</b>
	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	太極拳(予約制) 10:00~11:15 大正琴教室 14:00~15:30 (自主練習)	テーブルゲーム 10:00~12:00 フリーカラオケ 13:00~16:00 ヨガ教室 ①14:00②15:00		手作りサロン 13:00~14:30 14:30~16:00 2部・予約制 団体利用受付 7月分受付
<b>28日</b>	<b>29日</b>	<b>30日</b>	<b>31日</b>	<b>風呂利用は予約制です</b>  <b>★毎朝健康ラジオ体操★</b> <b>毎朝 9:15~9:30</b>		
ウォーク・ラリー 自主事業運営 委員会主催 10:00~12:00	生演奏・合唱会 14:00~15:00	なつかし 映画上映会 14:00~ (予約制)	ポッチャ 競技大会 13:00~15:00			



- 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☆  
5月は9、23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