

山吹町地域交流館たより

9月号



少しずつ 秋色!



軽スポーツ競技大会

<自主事業運営委員会主催>
ポッチャ(大広間)、ダーツ(ロビー)

9月24日(日) 10:00
定員 40名 (予約制) ~12:00

山吹 モルック 競技大会

9月30日(土)
13:30 ~15:30

ドローン操縦体験会

9月10(日)、30(土)

楽しい テーブルゲーム

毎週 火曜日
10:00~12:00

なつかし映画上映会

9月29日(金)
14:00~16:00
定員 16名 (予約制)

手作りサロン

9月9、23、30日(土)
13:00~(1部)定員 8名
14:30~(2部)(予約制)

フリー 麻雀 (レディース)

毎週 月曜日 9:30~12:00

フリー カラオケ

毎週 木曜日 13:00~16:00

すべての教室、**無料** レッスン!

専門講師による指導

<h3>大正琴教室</h3> <p>9月13日、27日(水) 14:00~(1部) 15:00~(2部) 定員 6名 (予約制)</p>	<h3>スマホ教室</h3> <p>9月5日、19日(火) 14:00~15:30、14:00~16:00 定員 10名 (予約制)</p>
<h3>麻雀入門教室</h3> <p>9月2、9、16日(土) 10:00~12:00 定員 12名 (予約制)</p>	<h3>脳リフレッシュ教室</h3> <p>9月5日、19日(火) 14:00~15:00 定員 8名 (予約制)</p>

フリー軽スポーツ

新 ソフトfrisビー
月に7種目!! 9月29日(金)

ポッチャ	9月6日(水)
ピンポン	9月11日(月)
ダーツ!	9月13日(水)
モルック	9月15日(金)
ゲーゴル	9月20日(水)
ラダーゲッター	27日(水)

体操講座に参加して、フレイル予防・健康な身体づくりを!

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 14名
太極拳教室	第2・4水曜日 10:00~ (75分)	定員 14名
ヨガ教室【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

まちなか避暑地開催中 毎日 9:00~18:00 (利用証なしで入れます)
みどりのカーテンが包む、昭和の雰囲気漂うアットホームな館です。
当館の「山吹琴音会」(大正琴の団体)が、他館の演奏会に出演!
9月24日(日) 14:00~ 新宿地域交流館「生演奏・合唱会」

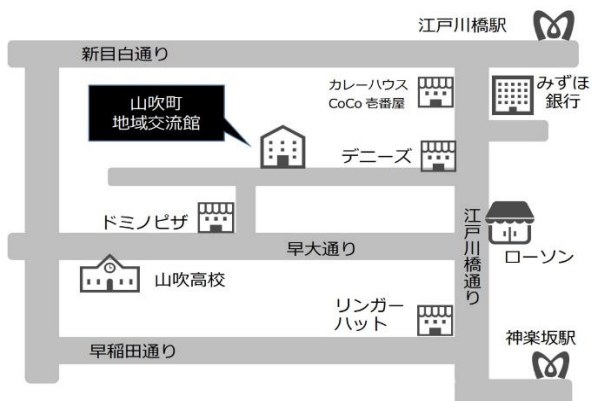
あと3点 狙うはあの棒
モルック投げる 見事に命中
50点先取

9月の予定

★毎朝健康ラジオ体操★
毎朝9:15～9:30



日	月	火	水	木	金	土
					1日	2日
						健康麻雀 入門教室 10:00～12:00 (予約制)
3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
	いきいき体操 10:00～11:00 (予約制) レディースフリー 麻雀(予約制) 9:30～12:00	テーブルゲーム 10:00～12:00 スマホ教室 14:00～15:30 脳リフレッシュ 14:00～15:00	フリーポッチャ 10:00～11:30 (予約制)	フリーカラオケ 13:00～16:00 ヨガ教室 14:00～14:55 15:00～15:55 (2部・予約制)		健康麻雀 入門教室 10:00～12:00 手作りサロン 13:00～14:30 14:30～16:00
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
ドローン 操縦体験会 14:00～15:00	いきいき体操 10:00～11:00 (予約制) レディースフリー麻雀 9:30～12:00 フリーピンポン 14:00～15:30	テーブルゲーム 10:00～12:00 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 フリーダーツ予約制 14:00～15:30 大正琴教室予約制 ①14:00②15:00	フリーカラオケ 13:00～16:00 ヨガ教室 14:00～14:55 15:00～15:55 (2部・予約制)	フリーモルック 15:00～16:30 (予約制)	健康麻雀 入門教室 10:00～12:00 (予約制)
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
	いきいき体操 10:00～11:00 (予約制) レディースフリー 麻雀(予約制) 9:30～12:00	テーブルゲーム 10:00～12:00 スマホ教室 14:00～16:00 脳リフレッシュ 14:00～15:00	フリーゲーゴル 10:00～11:30 (予約制)	フリーカラオケ 13:00～16:00 ヨガ教室 14:00～14:55 15:00～15:55 (2部・予約制)		手作りサロン 13:00～14:30 14:30～16:00 (2部・予約制) 団体利用申請 11月分受付
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
軽スポ 競技大会 自主事業 運営委員会 10:00～12:00	いきいき体操 10:00～11:00 (予約制) レディースフリー 麻雀(予約制) 9:30～12:00	テーブルゲーム 10:00～12:00 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 フリーラダーゲッター 14:00～15:30 大正琴教室予約制 ①14:00②15:00	フリーカラオケ 13:00～16:00 ヨガ教室 14:00～14:55 15:00～15:55 (2部・予約制)	フリーソフト frisbee 10:00～11:30 なつかし 映画上映会 14:00～	ドローン操縦体験 10:00～11:00 モルック競技大会 13:30～15:30 手作りサロン ①13:00②14:30



- 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**☆
9月は12、26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