

山吹町地域交流館たより 8月号

ガッツリ 夏する!

まちなか避暑地 開催中(9月30日まで)

今年も山吹町会、自主、交流館3者共催!!

ふれあいフェスタ

30日(日) 10:00~16:00

<玄関前>おもちゃすくい
<大広間>

- ・ドローンで山吹町を見てみよう!
- ・ビンコ大会(午前と午後の2回)
- ・じゃんけん大会(午前の1回)
- ・ミニ演奏会(大正琴、ウクレレ)
- <和室>
- ・クイズ、折り紙、風船ロケットコーナー
- ・作品展示(墨絵、押し花、手作り)

フリーカラオケ & ロングランカラオケ大会

6日(木) 13:00~15:00 フリカラ

6日(木) 15:00~16:30 ロングラン

9日(日) 9:30~12:30 ロングラン

13日(木) 15:00~16:30 ロングラン

14日(金) 10:00~12:00 フリカラ

20日(木) 13:00~15:00 フリカラ

20日(木) 15:00~16:30 ロングラン

23日(日) 9:30~12:30 ロングラン

27日(木) 15:00~16:30 ロングラン

29日(土) 10:00~12:00 フリカラ

楽しいテーブルゲーム

第1~4(火) 10:00~12:00

全日フリー麻雀

29日(土) ①9:30~、②13:00~

31日(月) ①9:30~、②13:00~

フリー麻雀

第1~4(月) 9:30~12:00

やまぶき寄席

29日(土) 13:30~14:30

定員20名 ※7/30予約開始



い流演
ち星亭



押し花アート教室

12日(水) 13:30~ 定員8名

折り紙教室

8日(土) 15:00~ 定員8名

手作りサロン ※8/1 予約開始

1部: 13:00開始 2部: 14:30開始

22日(土) 1部・2部とも定員8名

ドローン体験会

2日、9日(日) 14:00~15:00

なつかし映画上映

16日(日) 14:00~16:00

31日(月) 10:00~12:00

フリー軽スポーツ

楽しく、身体を動かそう!

ダーツ 8月11日(火)

コーンホール 8月13日(木)

モルック 8月21日(金)

ポッチャ 8月25日(火)

カーレット 8月27日(木)

輪投げ 8月28日(金)

全教室無料レッスン!

囲碁教室

第1 土曜日

1日(土) 14:00~16:00 講師あり

専門の講師
による指導

大正琴教室

第1・3 水曜日

第1部 13:30~15:00 定員6名

第2部 15:00~16:00 定員5名

脳リフレッシュ教室

第1・3 火曜日

4日(火) 14:00~ 定員10名

18日(火) 14:00~ 定員10名

健康麻雀入門教室

第1~4 土曜日

10:00~12:00 講師あり 定員12名

スマホ教室

第1・3 火曜日

4日(火) 14:00~ 定員10名

18日(火) 14:00~ 定員16名

スマホ補習教室

26日(水) 13:30~ 定員6名

ウクレレ教室

11日(火) 13:00~ 定員10名

25日(火) 13:00~ 定員10名

絵画教室

14日(金) 13:30~ 定員12名

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

第1~第4

月曜

10:00~

(60分)

定員

20名

太極拳教室

日時変更!!

第1・第3

木曜

10:00~

(60分)

定員

15名

座ってヨガ教室

第1~第4

木曜

13:30~

(60分)

定員

20名

健康ヨガ教室

第1・第3

水曜

13:30~

(60分)

定員

15名

骨盤体操

日時注意!!

8月15日

土曜

13:30~

(60分)

定員

15名



予約随時

毎月、色々な教室や趣味の講座、イベント、体験会を開催中。

カラオケ、筋トレ・ヨガ・太極拳、軽スポ(ポッチャ、ダーツ、カーレット、輪投げ)、大正琴、健康吹き矢、麻雀、スマホ教室など

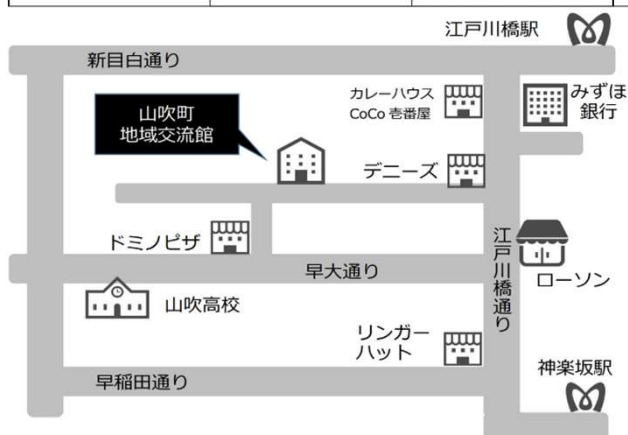
館主催講座や団体活動に参加して仲間づくりしませんか? <初めての方大歓迎!>

山吹町地域交流館

TEL・FAX 3269-6189

* 8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
30日	31日					1日
ふれあい フェスタ 10:00~16:00	全日フリー麻雀 ①9:30 ②13:00 なつかし映画 10:00~12:00	★毎朝健康ラジオ体操★ 毎朝 9:15~9:30 				健康麻雀 (講師あり) 10:00~12:00 囲碁教室 (講師あり) 14:00~16:00
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
ドローン体験会 14:00~15:00	フリー麻雀 9:30~12:00 いきいき体操 10:00~11:00	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	健康ヨガ教室 13:30~14:30 大正琴教室 ①13:30 ②15:00	太極拳教室 10:00~11:00 座ってヨガ 13:30~14:30 フリーカラオケ 13:00~15:00 フリカ&ロンゲ ラン カラオケ大会 15:00~16:30		健康麻雀 (講師あり) 10:00~12:00 折紙教室 15:00~16:30
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
フリカ&ロンゲ ラン カラオケ大会 9:30~12:30 ドローン体験会 14:00~15:00	フリー麻雀 9:30~12:00 いきいき体操 10:00~11:00	テーブルゲーム 10:00~12:00 ウクレレ教室 13:00~14:30 軽スホ(ターツ) 15:00~16:30 マッサージ 13:00~17:00	押し花アート教室 13:30~15:30	軽スホ(コンホール) 10:00~11:30 座ってヨガ 13:30~14:30 フリカ&ロンゲ ラン カラオケ大会 15:00~16:30	フリーカラオケ 10:00~12:00 絵画教室 13:30~15:30	健康麻雀 (講師あり) 10:00~12:00 骨盤体操 13:30~14:30
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
なつかし映画 14:00~16:00	フリー麻雀 9:30~12:00 いきいき体操 10:00~11:00	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	健康ヨガ教室 13:30~14:30 大正琴教室 ①13:30 ②15:00	太極拳教室 10:00~11:00 座ってヨガ 13:30~14:30 フリーカラオケ 13:00~15:00 フリカ&ロンゲ ラン カラオケ大会 15:00~16:30	軽スホ(モルック) 15:00~16:30	健康麻雀 (講師あり) 10:00~12:00 手作りサロン ①13:00 ②14:30 団体利用申請 10月分受付
23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
フリカ&ロンゲ ラン カラオケ大会 9:30~12:30	フリー麻雀 9:30~12:00 いきいき体操 10:00~11:00	テーブルゲーム 10:00~12:00 ウクレレ教室 13:00~14:30 軽スホ(ホッパ) 15:00~16:30	スマホ 補習教室 13:30~15:00	東京都 軽スホ(カレット) 10:00~11:30 座ってヨガ 13:30~14:30 フリカ&ロンゲ ラン カラオケ大会 15:00~16:30	軽スホ(輪投げ) 15:00~16:30	全日フリー麻雀 ①9:30 ②13:00 フリーカラオケ 10:00~12:00 やまぶき寄席 13:30~14:30



- 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 ☆

8月は11日(火)です。

- ・時間は13:00~17:00
- ・受付は当日9:00~16:30まで、電話または窓口で受け付けています。
- ・料金は30分につき1000円/最大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

- ・電話/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