

# 令和6年4月

## 尾久ふれあい館 成人・高年者 カレンダー

尾久ふれあい館 荒川区西尾久2-25-13 電話 03-3809-2511 開館時間 9:00~22:00  
 運営 労働者協働組合 ワーカーズコープ・センター事業団

月	火	水	木	金	土	日
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
詩吟	ソシアル	フラダンス	囲碁(上級)	やさしい書道	囲碁(初級)	1F サロンのみ ご利用できます
囲碁(中級)	歌謡合唱	民謡	カラオケ	カラオケ	輪投げきらら	
踊り		モルック	グランドゴルフ	手芸サークル	踊り	
				たのしい書道		
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
詩吟	ソシアル	フラダンス	囲碁(上級)	フラワーアレンジ	囲碁(初級)	1F サロンのみ ご利用できます
囲碁(中級)	歌謡合唱	民謡	カラオケ	カラオケ	輪投げきらら	
踊り	あらみん体操	ころばん体操	グランドゴルフ	手芸サークル	踊り	
ころばん体操		まちなかキネマ		大人のeスポーツ		
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
詩吟	ソシアル	フラダンス	囲碁(上級)	やさしい書道	囲碁(初級)	1F サロンのみ ご利用できます
囲碁(中級)	ふまねっと	民謡	カラオケ	カラオケ	輪投げきらら	
踊り	歌謡合唱	ころばん体操	グランドゴルフ	手芸サークル	踊り	
ころばん体操		モルック	ふれあい卓球			
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
詩吟	ソシアル	フラダンス	囲碁(上級)	たのしい書道	囲碁(初級)	1F サロンのみ ご利用できます
囲碁(中級)	あらみん体操	民謡	カラオケ	カラオケ	輪投げきらら	
踊り	歌謡合唱	ころばん体操	グランドゴルフ	手芸サークル	踊り	
ころばん体操			スマホ教室	大人のeスポーツ	おぐコーラス	
<b>29</b>	<b>30</b>	ふれあい館に関する アンケートに ご協力ください。 ご意見・ご要望 をお待ちしております。			 	
	ソシアル					
1F サロンのみ ご利用できます	歌謡合唱					



# 成人・高年者 おたより

### 通年事業／申込事業のお知らせ・ご案内

通年事業…令和6年度事業（新年度の新規募集は来年2月開始）

空き状況の○、△は事務所にてご確認ください。

事業名	曜日・時間	定員	空き状況	場所	事業名	曜日・時間	定員	空き状況	場所
踊り	月 13:00～15:00	20名	○	和1・2	グランドゴルフ	木 13:00～15:00	26名	×	多目
踊り	土 10:00～11:45				モルック	第1・3水 13:30～15:00	—	○	多目
ソーシャルダンス	火 10:00～11:45	30名	○	レク	ふれあい卓球	第3木3月21日 19:30～	—	○	多目
フラダンス	水 10:00～11:45	30名	×	レク	ころばん体操	月・水 10:00～11:30	—		多目
まちなかキネマ	毎月第2水 14:00～	20名	○	和1・2	大人のeスポーツ	第2・4金 10:00～11:30	—	○	和1・2
詩吟	月 10:00～11:45	20名	○	和1・2	あらみん体操	第2・4火 10:00～11:00	15名	×	和1・2
歌謡合唱	火 13:00～15:00	25名	×	和1・2	HIPHOP	第1・2火 20:00～21:00	20名	募集中	多目
おぐコーラス	第2・4土 13:30～14:30	20名	×	レク	ボディメイク	第3・4火 20:00～21:00	20名	募集中	多目
手芸サークル	金 13:00～15:00	16名	×	洋2	囲碁(初級)	土 10:00～11:45	16名	○	洋1
やさしい書道	第1・3金 10:00～11:00	14名	×	洋2	囲碁(中級)	月 10:00～11:45	16名	○	洋2
たのしい書道	第2・4金 11:00～12:00	14名	×	洋2	囲碁(上級)	木 10:00～11:45	16名	○	洋2
民謡	水 13:00～15:00	15名	○	洋2	輪投げきらら	土 10:00～11:45	20名	△	洋2
カラオケ4月	木 10:00～11:30	12名	—	和1・2	5月分申込 4月1日(月)～15日(月)		(事業内・電話にてお知らせ)		
カラオケ4月	金 13:30～15:00	12名	—	和1・2	事業内・窓口または電話にて受付します				
ふまねっと4月	第3火 10:00～11:00	12名	○	和1・2	5月分申込 4月1日(金)から (先着)		(事業内・電話にてお知らせ)		
フラワーアレンジ	金4月12日野の花アレンジ	—	—	レク	申込 4月5日(金)まで (先着)				

## モルック

日時:4月3日・17日(水)  
13:30～15:00



場所:多目的室 定員:なし 室内履きをご持参ください。

### フラワーアレンジメント教室

## 野の花アレンジ

日時:4月12日(金)

- ①10:30～12:00
- ②13:30～15:00
- ③16:00～17:30

場所:レクホール  
定員:各40名(先着)  
申込:4月5日(金)まで  
事務室・またはお電話にて

## HIPHOP エクササイズ

第1・2

## ボディメイク(上期)

第3・4

～体幹ストレッチと美姿勢作り～

募集期間:4月1日(月)～19日(金)

事務室、またはお電話にて。定員を超えた場合は抽選となります。

## 大人のeスポーツタイム

日時:4月12日・26日(金)  
10:00～11:30

場所:和室1・2 定員なし