

南千住駅前ふれあい館 2025年5月号中高生用

南千住 7-1-1 TEL03-3803-0571



中高生トレーニング部

今月のテーマ

筋トレ

日時：木曜日 18:30~19:30

場所：多目的室

持ち物：室内履き・飲み物・タオル
(運動ができる服装)

申込み：不要

参加は自由なのでぜひ遊びに来てね!

- ・体づくりをしたい ・少し鍛えたい
 - ・筋トレしたい ・ダイエットしたい
- そんな悩みを解消しよう!
みんなで一緒にトレーニングしよう!



〔ボランティア募集〕

ふれあい館のイベント・事業などの
お手伝いをしてくれる方をお待ちしています
興味のある方は、是非ご連絡下さい♪

サウザーズ(水)ドッジボール

16:00~17:00(1-3年) 17:00~18:00(4-6年)

(土)フットサル

15:30~16:30(全学年)

時間などは相談してください



今月のふれあい館予定



日	月	火	水	木	金	土
※5月3日(土)・5日(月)・6日(火)は、祝日のため プレイルーム・創作室・多目的室はおやすみです ※5月4日(日)は祝日ですが、お休みはありません				1 ●多目開放 ●自由工作	2 ●多目開放	3 憲法記念日
4 みどりの日 ●折り紙	5 こどもの日	6 みどりの日 振替休日	7 サークル活動のため 多目的室お休み	8 ●多目開放 ●自由工作	9 ●多目開放	10 ●多目開放 ●自由工作
11 ●折り紙	12 ●多目開放	13 サークル活動のため多目的室お休み		14 ●多目開放 ●自由工作 ●トレーニング部	15 ●多目開放	16 ●多目開放 ●自由工作
17 ●折り紙	18 ●多目開放	19 サークル活動のため多目的室お休み		20 ●多目開放 ●自由工作 ●トレーニング部	21 ●多目開放	22 ●多目開放 ●自由工作
23 ●折り紙	24 ●多目開放	25 サークル活動のため多目的室お休み		26 ●多目開放 ●自由工作 ●トレーニング部	27 ●多目開放	28 ●多目開放 ●自由工作
29 ●折り紙	30 ●多目開放	31 サークル活動のため多目的室お休み		32 ●多目開放 ●自由工作 ●トレーニング部	33 ●多目開放	34 ●多目開放 ●自由工作

プレイルーム

本・オセロ・人生ゲームなど
おもちゃがあるお部屋です。

★9:30～12:00

★13:00～19:00

創作室

ぬり絵・折り紙などができるお部屋です。

10:00～11:45(土曜日)

14:00～17:00

※月曜日・日の午前中・祝日の開放ありません。

★木：自由工作

★金：おとなのぬりえ

★自由工作

★日：日曜ギャラリー おりがみ

中高生の自習室

ふれあい館の洋室4を自習室として開放します。

時間：18:00～20:00

- ・貸室が入っている場合は使用できません。
- ・使いたい時は職員まで声をかけて下さい。

中高生イベント募集

ふれあい館でやりたいことがあれば

先生達に教えてください♪

日程などを相談して開催します♪

多目的室

★月 中高生：17:00～18:00

★木 中高生：17:00～18:00

★金 中高生：17:00～18:00

★土 中高生：18:00～20:00

※開放時間はイベント等で変わります。

先生に聞いてください♪

※火・水はサークル活動のためおやすみです。

○内容○

○バスケ ○バドミントン ○卓球

○熱中症対策○

多目的室のなかで水分補給ができます。

必ず飲み物をもってあそびにきてください。

ふれあい館からのおねがい

★2階受付で利用カードの記入をおねがいします。

★お部屋にある人数表に○をつけてから遊んでください。

★自転車は地下駐輪場にとめてください。

帰りに先生に声をかけてください。

★おもちゃは大切に付けてください。壊れたおもちゃを
見つけたら先生におしえてください。

ふれあい館のウェブアンケートはこちらの

QRコードからお答えください。

