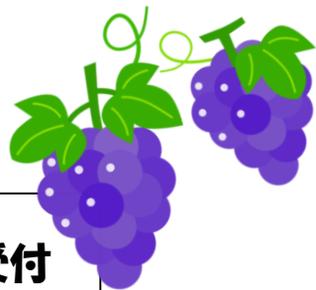


# ゆうゆうくらぶ洗足 11月のお知らせ

洗足区民センター  
電話 3727-1461  
FAX 3727-1462



## 和室

12月分の和室申込 **11月2日(水)**から先着順受付

## マッサージ

15分間椅子に座っての施術です。

実施予定日 **11月7日(月)・14日(月)・28日(月)** 各日10名

12月分のマッサージ抽選 **11月15日(火)** 午前9時30分

## 麻雀

毎日 午前9時～12時(1日を除く) 午後1時～4時30分

**予約制** 定員:各日午前午後各1組

12月分の麻雀抽選 **11月1日(火)** 午前9時30分

元気  
向上!

## リフレッシュ体操

若林素子先生監修

ビデオを見ながら、ストレッチ体操します。申込不要。

どこからでも出入り自由。

場所:広間 開催時間:午前10時～12時

**[11月1日(火)**は麻雀抽選のため、**午前11時～12時]**

## カラオケ

毎日 午後1時～4時20分 1時間ごとの入替制

(詳細は館内掲示でご案内しています。)

<カラオケ11月のお休み>

●**11月11日(金)、18日(金)** (イベント開催の為)

○来館の際は、**マスクの着用、入館時の検温**をお願いします。

○麻雀・囲碁・将棋・卓球・和室のご利用は、**午後4時30分迄**です。

○お風呂・フランチストレッチング・カラム・図書は新型コロナウイルス感染抑止のため、**当分の間ご利用できません。**

# ゆうゆうくらぶ洗足11月予定表

日	月	火	水	木	金	土
		<b>1</b> 12月分 麻雀抽選	<b>2</b> 12月分 和室申込 開始	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>6</b>	<b>7</b> マッサージ	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b> シニアオー プンカレッ ジ	<b>12</b>
<b>13</b>	<b>14</b> マッサージ	<b>15</b> 12月分 マッサージ 抽選	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b> 口から始 める健康 講座	<b>19</b>
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
<b>27</b>	<b>28</b> マッサージ	<b>29</b>	<b>30</b>			

●第3回シニアオープンカレッジ

11月11日（金）午後2時～3時 広間

●口から始める健康講座

11月18日（金）午後2時～3時 広間

