

12月のお知らせ

★7日(木)清掃のため終日閉場。

和室

1月分の和室抽選 12月2日(土) 午前9時30分



マッサージ

15分間椅子に座っての施術です。

実施予定日 12月4日(月)・18日(月)・25日(月) 各日10名

1月分のマッサージ抽選 12月3日(日) 午前9時30分

麻雀

毎日 午前(9時～)、午後(1時～)

※12時～1時までには入替時間。 ※毎月1日は午前の麻雀はありません。

予約制 定員:各日午前午後各1組

1月分の麻雀抽選 12月1日(金) 午前9時30分

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。出入り自由。

場所:広間 開催時間:午前10時～12時

なおちゃん体操・スマイルフランチの日は、リフレッシュ体操はありません。

スマイルフランチ

若林先生による50分のストレッチ体操。当日先着順。

場所:広間 開催日:毎月第2水曜日(12/13)

定員:20名。 開催時間:午前10時～、11時～

なおちゃん体操

ゆうゆうスタッフによる50分のストレッチ体操です。

(開催日は毎月20日に翌月分を館内に掲示、HPに公開)

場所:広間 開催時間:午前10時～、11時～

当日先着順。定員:20名。

カラオケ

毎日 午後1時から実施 場所:広間

〇お風呂は、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。

〇ゆうゆうくらぶ洗足ご利用時間 午前9時から午後5時まで



ゆうゆうくらぶ洗足12月予定表

日	月	火	水	木	金	土
					1 クリスマス飾り 1月分 麻雀抽選 ★音楽にのせてフィットネス-登録制-	2 1月分 和室抽選
3 1月分 マッサージ 抽選	4 マッサージ	5	6	7 終日閉場 (清掃)	8 ★ 音楽にのせて フィットネス -登録制-	9
10	11	12	13 スマイル ランチ	14	15 ★ 音楽にのせて フィットネス -登録制-	16
17	18 マッサージ	19	20	21	22 ★ 音楽にのせて フィットネス -登録制-	23
24	25 マッサージ	26	27	28	年末年始休館 (12/29~1/3)	

★「音楽にのせてフィットネス」は、大田区役所 高齢福祉課支援担当が主催しています。(広間13:30~14:30)

●1・8・15・22日(金)のカラオケは、14時半からです。(フィットネス終了後)

●1日(金)クリスマス飾りは、ご協力して頂ける方に、クリスマスツリーの飾り付けをお願いします。例年通り、ゆうゆうくらぶ入口付近で飾ります。

予定は変更となる場合がございます。予めご了承ください。

