

2月のお知らせ

★5日(月)団体貸切のため、終日閉場

和室

3月分の和室抽選 **2月2日(金)** 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**2月12日(月)・19日(月)・26日(月)** 各日10名

3月分のマッサージ抽選**2月3日(土)** 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

3月分の麻雀抽選 **2月1日(木)** 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・スマイルランチの日は、リフレッシュ体操はありません。

スマイルランチ

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(2/14)

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2月予定表

日	月	火	水	木	金	土
				1 3月分 麻雀抽選	2 3月分 和室抽選 ★音楽にのせてフィットネス-登録制-	3 3月分 マッサージ 抽選
4	5 終日閉場 (団体 貸切)	6 超簡単 スマホ教室	7	8	9 ★ 音楽にのせて フィットネス -登録制-	10
11	12 マッサージ	13	14 スマイル ランチ	15	16 ★ 音楽にのせて フィットネス -登録制-	17
建国記念日	振替休日					
18	19 マッサージ シニア オープン カレッジ	20	21	22	23 天皇誕生日	24
25	26 マッサージ	27	28	29		

★「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)

- 2・9・16日(金)のカラオケは、14時半からです。(フィットネス終了後)
- 6日(火)超簡単スマホ教室 10:00~12:00、13:30~15:30 広間
- 1/18(木)より、1階窓口・お電話で申込受付開始。リフレッシュ体操・カラオケはお休みです。
- 19日(月)シニアオープンカレッジ第6回 14:00~15:30 広間「認知症講座」
- 1/9(火)より1階窓口・お電話で申込受付開始。午後のカラオケはお休みです。

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。