

6月のお知らせ

★5日(水)午前閉場(12:30~ご利用可)、4日(火)・20日(木)終日閉場

和室

7月分の和室抽選 6月2日(日) 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 6月10日(月)・17日(月)・24日(月) 各日10名

7月分のマッサージ抽選 6月3日(月) 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

7月分の麻雀抽選 6月1日(土) 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

月2回に変更

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: 6月12日(水)、6月24日(月)

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6月予定表

日	月	火	水	木	金	土
						1 7月分 麻雀抽選
2 7月分 和室抽選	3 7月分 マッサージ 抽選	4 終日閉場 (カーペット 清掃)	5 午前閉場 (停電検査) (12:30～ ご利用でき ます。)	6	7 音楽にのせ てフィットネス -登録制-	8
9	10 マッサージ	11	12 スマイル ランチ	13	14 音楽にのせ てフィットネス -登録制-	15
16	17 マッサージ シニアオー ブンカレッジ	18	19	20 終日閉場 (排水管 洗浄)	21 音楽にのせ てフィットネス -登録制-	22
23	24 マッサージ スマイル ランチ	25	26	27	28 音楽にのせ てフィットネス -登録制-	29
30	<p>●7, 14, 21, 28日(金)のカラオケは、14時半からです。(フィットネス終了後)</p> <p>●17日(月)シニアオープンカレッジ第1回「熱中症」。6/3(月)～窓口・お電話で受付します。カラオケはお休みです。</p> <p>★「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)</p> <p>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。</p>					

