

9月のお知らせ

★9日(月) 終日閉場(団体貸切のため)

和室

10月分の和室抽選 9月2日(月) 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 9月2日(月)・23日(月)・30日(月) 各日10名

10月分のマッサージ抽選 9月3日(火) 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

10月分の麻雀抽選 9月1日(日) 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: 9月11日(水), 9月23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。

(開催日は毎月20日に翌月分を館内に掲示、HPに掲載)

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9月予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
10月分 麻雀抽選	10月分 和室抽選 マッサージ	10月分 マッサージ 抽選			音楽にのせて フィットネス —登録制—	
8	9	10	11	12	13	14
	団体賞切 (終日)		スマイル ランチ		音楽にのせて フィットネス —登録制—	
15	16	17	18	19	20	21
					音楽にのせて フィットネス —登録制—	
22	23	24	25	26	27	28
	スマイル ランチ マッサージ				音楽にのせて フィットネス —登録制—	
29	30					
	マッサージ					

●6, 13, 20, 27日(金)のカラオケは、14時半からです。(フィットネス終了後)

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

予定は変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。