



4月のお知らせ

和室

5月分の和室抽選 4月2日(水) 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: 4月7日(月)・14日(月)・28日(月) 各日10名

5月分のマッサージ抽選 4月3日(木) 午前9時30分

麻雀

毎日 午前(9時～)、午後(1時～)

※毎月1日の午前は、麻雀の利用はできません。

予約制 定員:各日午前午後各1組

5月分の麻雀抽選 4月1日(火) 午前9時30分

リフレッシュ体操

若林素子先生監修

ビデオを見ながらのストレッチ体操。申込不要。出入り自由。

場所:広間 開催時間:午前10時～、11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: 4月9日(水), 4月28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4月20日(日)に5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時から利用可 場所:広間

★18日(金)は 15時半から

25日(金)は 15時から です。



○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。

○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4月予定表

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

●18日(金)のカラオケは15時半から、25日(金)のカラオケは15時からです。

★「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。あらかじめご了承下さい。