



8月のお知らせ

和室

9月分の和室抽選 8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:8月4日(月)・11日(月)・25日(月) 各日10名

9月分のマッサージ抽選 8月3日(日) 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

9月分の麻雀抽選 8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:8月13日(水), 8月25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7月20日(日)に8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

木曜日を除く毎日 午後1時から 利用可 場所:広間

★7(木)・14(木)・21(木)・25(月)・28(木)は お休み です。

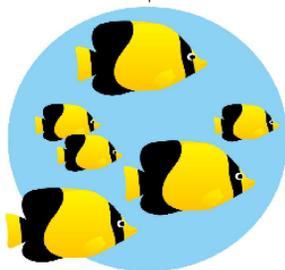
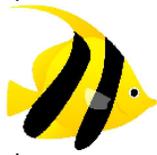
☆1(金)・8(金)・22(金)・29(金)は 15時から です。

○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8月予定表

日	月	火	水	木	金	土
					1 9月分 麻雀抽選 音楽にのせて フィットネス -登録制-	2 9月分 和室抽選
3 9月分 マッサージ 抽選 将棋の お相手探し	4 施術 マッサージ	5	6	7 交通安全 集会	8 音楽にのせて フィットネス -登録制-	9
10	11 施術 マッサージ	12	13 スマイル ランチ	14 ポツチャ 体験会	15 ※敬老の日 コンサート 募集開始	16
17	18	19	20	21 ポツチャ 体験会	22 ※シニアオーブン カレッジ「認知 症」募集開始 音楽にのせて フィットネス -登録制-	23
24	25 施術 マッサージ スマイル ランチ ※健康相談会	26	27	28 ポツチャ 体験会	29 音楽にのせて フィットネス -登録制-	30
31						

●7日(木)・14日(木)・21日(木)・25日(月)・28日(木)のカラオケはお休みです。

●1日(金)・8日(金)・22日(金)・29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。