

2月のお知らせ



終日閉場

2(月)

団体貸切

3月分抽選
9:30~

1(日) 麻雀

3(火) 和室

4(水) マッサージ

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)・16(月)・23(月) 各日10名

体操

閉場日以外
毎日やってます!

場所: 広間 開催時間: 午前10時~、11時~
当日先着順 各回定員: 20名

スマイルランチ

若林先生による50分のストレッチ体操。
開催日: 11(水), 23(月)

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, 当センターHPに掲載)

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。出入り自由。
※なおちゃん体操・スマイルランチの日は、お休み。

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

カラオケ

木曜日を除く毎日 午後1時から

★2(月)・16(月)・18(水)は お休み

★6(金)・13(金)・20(金)・27(金)は15時から

ボッチャ体験会

毎週木曜日 午後1時半から

ｽﾎﾟｰｽﾀｯｷﾝｸﾞ

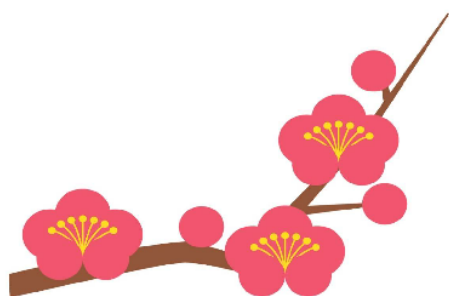
毎日ご自由に。
★毎月20日は記録に挑戦!



○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2月予定表

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|------------------------|---------------------------------------|---|--|----|
| 1 AM 3月分 麻雀抽選 将棋の お相手探し PM | 2 団体 貸切 | 3 3月分 和室抽選 節分 | 4 3月分マッサージ 抽選 ※レディース 麻雀教室 | 5 ボッチャ 体験会 | 6 音楽にのせて フィットネス —登録制— | 7 |
| 8 AM | 9 施術 マッサージ | 10 | 11 スマイル ランチ | 12 ボッチャ 体験会 | 13 音楽にのせて フィットネス —登録制— | 14 |
| 15 AM | 16 施術 マッサージ ※シニアオープンカ レッジ「終活セミ ナー」 | 17 | 18 ※レディース 麻雀教室 ※超簡単 スマホ教室 | 19 ボッチャ 体験会 | 20 スポーツ スタッキング 記録挑戦会 音楽にのせて フィットネス —登録制— | 21 |
| 22 AM | 23 スマイル ランチ 施術 マッサージ | 24 | 25 | 26 ※レディース 麻雀教室 ボッチャ 体験会 | 27 音楽にのせて フィットネス —登録制— | 28 |
| PM | PM | | | | | |



- 2日(月)・5日(木)・12日(木)・16日(月)・18日(水)・19日(木)・26日(木)のカラオケはお休みです。
- 6日(金)・13日(金)・20日(金)・27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。あらかじめご了承ください。