

3月のお知らせ

★16日(日) 全館終日閉場(さくらフェスティバル)



和室

4月分の和室抽選 3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:3月3日(月)・10日(月)・24日(月) 各日10名

4月分のマッサージ抽選3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

4月分の麻雀抽選 3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

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:3月12日(水), 3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。

(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

★7, 14, 28日(金)は 15時から です。

★お休みは 16日 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3月予定表

日	月	火	水	木	金	土
						1 4月分 麻雀抽選
2 4月分 和室抽選 将棋教室	3 ひな祭り (ひなあられ道里) 4月分 マッサージ 抽選 マッサージ	4	5	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 さくら フェス ティバル	17	18	19	20	21	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	31					

- 7,14,28日(金)のカラオケは、15時からです。
- 16日(日)のカラオケは、お休みです。

★「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。