

# 8月の予定 北新宿第二地域交流館

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
<p><b>お風呂</b> 交流の場としてご提供しています。 午後12:00～3:00 女性…月・水・金曜 男性…火・木・土曜 利用証を必ずご持参の上、入浴前に受付簿にご記入ください。</p> <p><b>高齢者マッサージサービス(有料)</b> 8月6日(月) 実施時間：午後1:00～5:00 予約受付は当日午前9:00～。お電話・FAXまたは当館事務所にて。先着順。 料金：30分 1,000円(お一人1時間まで)。</p>			<p>のびのび体操⑤ 午前10:00～11:30 ※受付終了しました。</p> <p>ピース講座② 午前10:00～12:00 ※受付終了しました。</p> <p>朗読体験会① 午後1:30～3:00 ※受付終了しました。</p> <p>打ち水大作戦 午後4:00～4:20 ◎当日参加OK</p>	<p>じっくり ストレッチ⑤ 午前10:00～11:30 ※受付終了しました。</p>	<p>健やか体操⑤ 午前10:00～11:30 ※受付終了しました。</p> <p>初級 フランス語サロン 午前10:30～12:00 ◎当日参加OK</p> <p>映画鑑賞会 「踊る大紐育」 午後1:30～ ◎当日参加OK</p>	
5	6	7	8	9	10	11
	<p>新宿いきいき体操 午前10:00～11:00 ◎当日参加OK</p> <p>イキイキ喫茶 高総相出張相談 午前11:00～12:00 ◎当日参加OK</p> <p>マッサージサービス 午後1:00～5:00 ☆要当日申込み</p>	<p>児童交流 紙すきでグリーティングカード作り 午後2:00～3:30 ☆お申込みください。</p>	<p>のびのび体操⑥ 午前10:00～11:30 ※受付終了しました。</p> <p>朗読体験会② 午後1:30～3:00 ※受付終了しました。</p> <p>ボランティアサロン 午後3:00～4:00 ◎当日参加OK</p>	<p>じっくり ストレッチ⑥ 午前10:00～11:30 ※受付終了しました。</p>	<p>健やか体操⑥ 午前10:00～11:30 ※受付終了しました。</p>	<p>脳トレ教室 午前10:00～11:30 ◎当日参加OK</p> <p>囲碁・将棋サロン 午後2:00～4:00 ◎当日参加OK</p>
12	13	14	15	16	17	18
<p>カラオケ開放 午後1:00～4:00 ◎当日参加OK</p>	<p>新宿いきいき体操 午前10:00～11:00 ◎当日参加OK</p> <p>イキイキ喫茶 午前11:00～12:00 ◎当日参加OK</p> <p>カラオケ歌唱講座 午後2:00～4:00 ◎当日参加OK</p>	<p>ワクワク ぬり絵サロン 午前10:30～12:00 ◎当日参加OK</p> <p>ポッチャウィーク 午後1:00～2:30 ◎当日参加OK</p>	<p>ポッチャウィーク 午前10:00～11:30 ◎当日参加OK</p> <p>おりかみ広場 ①午前10:30～11:30 ②午後2:00～3:00 ◎当日参加OK</p> <p>打ち水大作戦 午後4:00～4:20 ◎当日参加OK</p>	<p>ポッチャウィーク 午前10:00～11:30 ◎当日参加OK</p>	<p>ポッチャウィーク 午前10:00～11:30 ◎当日参加OK</p> <p>初級 フランス語サロン 午前10:30～12:00 ◎当日参加OK</p>	
19	20	21	22	23	24	25
<p>ハーモニカと歌おう♪ 午後2:00～3:00 ◎当日参加OK</p>	<p>新宿いきいき体操 午前10:00～11:00 ◎当日参加OK</p> <p>イキイキ喫茶 午前11:00～12:00 ◎当日参加OK</p>		<p>のびのび体操⑦ 午前10:00～11:30 ※受付終了しました。</p> <p>朗読体験会③ 午後1:30～3:00 ※受付終了しました。</p> <p>ボランティアサロン 午後3:00～4:00 ◎当日参加OK</p> <p>打ち水大作戦 午後4:00～4:20 ◎当日参加OK</p>	<p>じっくり ストレッチ⑦ 午前10:00～11:30 ※受付終了しました。</p>	<p>健やか体操⑦ 午前10:00～11:30 ※受付終了しました。</p>	<p>10月分 団体利用申請 受付開始</p> <p>囲碁・将棋サロン 午後2:00～4:00 ◎当日参加OK</p>
26	27	28	29	30	31	
<p>カラオケ開放 午後1:00～4:00 ◎当日参加OK</p>	<p>新宿いきいき体操 午前10:00～11:00 ◎当日参加OK</p> <p>イキイキ喫茶 午前11:00～12:00 ◎当日参加OK</p> <p>カラオケ歌唱講座 午後2:00～4:00 ◎当日参加OK</p>	<p>ワクワク ぬり絵サロン 午前10:30～12:00 ◎当日参加OK</p> <p>脳トレ教室 午後1:30～3:00 ◎当日参加OK</p>	<p>のびのび体操⑧ 午前10:00～11:30 ※受付終了しました。</p> <p>朗読体験会(終) 午後1:30～3:00 ※受付終了しました。</p> <p>打ち水大作戦 午後4:00～4:20 ◎当日参加OK</p>	<p>じっくり ストレッチ⑧ 午前10:00～11:30 ※受付終了しました。</p>	<p>健やか体操⑧ 午前10:00～11:30 ※受付終了しました。</p> <p>新宿 シニアライフ講座 午後2:00～3:30 ☆お申込みください。</p>	 <p>北第二☆毎身体操 毎日 12:15～12:45 開催中!</p>

「◎当日参加OK」の催しはお申込みは不要です。当日、直接お越しください。詳しくは右側もしくはオモテ面の記事をご覧ください。

「☆お申込みください」とある催しは事前のお申込みが必要です。詳しくはオモテ面をご覧ください。

「※受付終了しました」とある催しは、お申込みの受付をすでに締め切りました。当日の参加はできません。

