

# なごみの家北小岩

## 令和 7年 7月 の 予定表

| 日       | 月      | 火                | 水                     | 木                 | 金               | 土               |
|---------|--------|------------------|-----------------------|-------------------|-----------------|-----------------|
|         |        | 1                | 2 早朝清掃<br>運動教室<br>①②  | 3 趣味の会<br>(AM)    | 4               | 5 手芸サロン<br>(AM) |
| 6 夕方清掃  | 7 休館日  | 8                | 9 早朝清掃<br>運動教室<br>③④  | 10                | 11              | 12              |
| 13 夕方清掃 | 14 休館日 | 15 痛み治療室<br>(PM) | 16 早朝清掃<br>運動教室<br>①② | 17                | 18 マフの会<br>(AM) | 19              |
| 20 夕方清掃 | 21 休館日 | 22 休館日           | 23 早朝清掃<br>運動教室<br>③④ | 24 アートサロン<br>(AM) | 25              | 26              |
| 27 夕方清掃 | 28 休館日 | 29 書道サロン<br>(AM) | 30                    | 31                |                 |                 |

### 【各サロン予約日について】

- ・ **アートサロン/痛み治療室** (前回不参加の方・・・7/1～、前回参加の方・・・7/8～)
- ・ **声掛け支援員養成講座** (10～12月開催分/3回参加できる方)・・・7/1～随時募集

【いつでもおこなっていることについて】

【申請書ありで支給】・自動通話録音機 ・見守りキーホルダー ・愛の杖

【申請書なしで配布】・三療券申請のハガキ ・SOS シート ・安心生活シート ・おかえりリボン

【その他】・江戸川区共通ポイントカード加算(第2木曜は2倍!) ・相談のある方の対応(なんでも相談)

【現在の各サロン・活動は定員があります】

【登録制】・・・**ピンク色のサロンや活動**:(にこにこ運動教室・手芸サロン・書道サロン)

【予約制】・・・**青色のサロンや活動** :(アートサロン・声掛け支援員養成講座・痛み治療室)

【自由参加】・・・**緑色のサロンや活動** :(趣味の会・マフの会・早朝清掃・夕方清掃)

**\*各サロンの案内チラシはなごみの家北小岩に置いています。興味・関心のある方はご連絡ください。**



# なごみの家小岩

## 令和7年7月 予定表



なごみの家  
公式 Instagram

なごみの家はどなたでもお気軽に  
立ち寄って頂ける地域の居場所です。  
年齢を問わずご利用頂けます。

| 月      | 火                         | 水                     | 木                     | 金                     | 土  | 日                                 |
|--------|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----|-----------------------------------|
|        | 1 AM<br>にこにこ<br>運動教室(AB)  | 2 14時～16時<br>いどばたカフェ  | 3 14時～16時<br>いどばたカフェ  | 4 14時～16時<br>いどばたカフェ  | 5  | 6                                 |
| 7 休館日  | 8 AM<br>にこにこ<br>運動教室(CD)  | 9 14時～16時<br>いどばたカフェ  | 10 14時～16時<br>いどばたカフェ | 11 14時～16時<br>いどばたカフェ | 12 | 13 10時～12時<br>スマホ寺子屋              |
| 14 休館日 | 15 AM<br>にこにこ<br>運動教室(AB) | 16 14時～16時<br>いどばたカフェ | 17 14時～16時<br>いどばたカフェ | 18 14時～16時<br>いどばたカフェ | 19 | 20                                |
| 21 休館日 | 22 休館日                    | 23 14時～16時<br>いどばたカフェ | 24 14時～16時<br>いどばたカフェ | 25 14時～16時<br>いどばたカフェ | 26 | 27 10時～12時<br>本と雑談の会<br>(テーマ：夏休み) |
| 28 休館日 | 29 AM<br>にこにこ<br>運動教室(CD) | 30 14時～16時<br>いどばたカフェ | 31 14時～16時<br>いどばたカフェ |                       |    |                                   |



「にこにこ運動教室」は登録制、  
「スマホ寺子屋」は予約制です。  
参加ご希望の方は、  
なごみの家小岩までお問い合わせ  
ください。

「いどばたカフェ」、「本と雑談  
の会」は先着順です。定員に達  
した場合は参加できない場合  
がございます。  
ご了承ください。

対象となる方に愛の杖、見守りキ  
ーホルダー、自動通話録音機を  
お渡ししています。  
なごみの家小岩までお問い合わせ  
ください。

なごみの家で行っている活動などで  
活躍して下さるボランティアを  
募集中です。ご興味のある方は下記  
連絡先にお問い合わせください。

「なごみの家スタンプラリー」を  
実施中です！  
なごみの家（9カ所）をまわって  
みよう！

### なごみの家小岩

【住 所】 東小岩 5-19-8  
(小岩区民館向かい)

【開館時間】 9:00～17:30

【電 話】 03-3658-4753

【休 館 日】 月曜・祝日

※月曜が祝日の場合は翌日も休館

※土日が祝日の場合は開館

# 7月 なごみの家 鹿骨

鹿骨1-54-2フラワーホール1F

**にこにこ運動を含むイベントは事前登録が必要**になりますので、詳しくはなごみの家鹿骨にお問い合わせください。また 居場所については必要に応じて利用時間・人数を制限のうえ開放しております。

| 日                                                                                                                                   | 月                                                                                               | 火                                                                                                        | 水                                                                                                                | 木                                   | 金                                                                                     | 土  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----|
|                                                    |                                                                                                 | 1                                                                                                        | 2<br>ゲームの日<br>2時～<br>           | 3<br>にこにこ運動<br>(登録制)<br>・瑠璃<br>・珊瑚  | 4                                                                                     | 5  |
| 6<br>昭和の歌の<br>会 昭和20年<br>代<br>(予約制)<br>            | 7<br>休館<br>    | 8                                                                                                        | 9<br>スマホ<br>相談会<br>(予約制)<br>    | 10<br>にこにこ運動<br>(登録制)<br>・翡翠<br>・瑠璃 | 11                                                                                    | 12 |
| 13                                                                                                                                  | 14<br>休館                                                                                        | 15<br>ゲームの日<br>2時～<br> | 16<br>スマホ<br>相談会<br>(予約制)<br>   | 17<br>にこにこ運動<br>(登録制)<br>・珊瑚<br>・翡翠 | 18                                                                                    | 19 |
| 20<br>ちぎり絵<br>(予約制)<br>ストーンペ<br>ンティング<br>2時～<br> | 21<br>休館<br> | 22<br>休館                                                                                                 | 23                                                                                                               | 24<br>にこにこ運動<br>(登録制)<br>・瑠璃<br>・珊瑚 | 25                                                                                    | 26 |
| 27<br>風鈴づくり<br>2時～<br>                           | 28<br>休館                                                                                        | 29                                                                                                       | 30<br>スマホ<br>相談会<br>(予約制)<br> | 31<br>にこにこ運動<br>(登録制)<br>・翡翠<br>・瑠璃 |  |    |

## -イベント申込開始日-

### ○7月1日より受付

・ちぎり絵

7月20日(日) 14時～6名

### ○開催日直前の日曜日

・スマホ相談会

9、16、30日(水) 15時～3名

なごみの家鹿骨  
公式LINE  
QRコード



## 開館時間 9:00～17:30

今月の休館日 7,14,21,22,28

休館日 月曜・祝日・年末年始

※月曜が祝日の場合は翌日も休館

※土日が祝日の場合は開館

なごみの家鹿骨  
TEL:03-3670-4753

# なごみの家瑞江

にここ運動教室・サークル活動共に、下記のカレンダー通りに実施しております。予約申し込みが必要となっておりますので、ご希望の方は連絡ください。

## ■開館時間

9:00~17:30

## ■注意事項

- ・マスクの着用について、居場所としての利用は自己判断とし、にここ運動教室では原則、着用を推奨します。
- ・体調のすぐれない方は、ご利用できません。
- ・入館時は、手指消毒のご協力をお願いします。
- ・ふたのついた飲料の持ち込みは可能です。
- ・昼食をとることはできません。

なごみの家は「なんでも相談」「だれもが集える通いの場」「地域のネットワーク作りの場」です。

どなたでもご利用できますので、趣味や読書、勉強、友だちとの待ち合わせ、休憩所としてもご利用ください。ベビーマット・おむつ交換台・おもちゃもありますので、お子様を連れてのご利用もお待ちしています。見守りキーホルダー・自動通話録音機・愛の杖も、こちらでお渡ししております♪

| なごみの家 瑞江 7月の予定 |                       |                                         |                                                |                                                          |                                      |                                       |
|----------------|-----------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|
| 月              | 火                     | 水                                       | 木                                              | 金                                                        | 土                                    | 日                                     |
|                | 1                     | 2                                       | 3                                              | 4                                                        | 5                                    | 6                                     |
|                | 14:00-16:00<br>絵手紙    | ①10:00-10:40<br>②10:50-11:30<br>にここ運動教室 | 10:00-10:30<br>なかよし会<br>14:00-15:00<br>ぬりえサロン※ | ①9:40-10:30<br>②10:40-11:30<br>フラダンス                     |                                      |                                       |
| 7              | 8                     | 9                                       | 10                                             | 11                                                       | 12                                   | 13                                    |
| 休館             | 9:30-11:30<br>手芸      | ③10:00-10:40<br>④10:50-11:30<br>にここ運動教室 | 10:00-11:00<br>歌の会                             | 14:00-15:00<br>リンパケア                                     |                                      | ①9:30-10:30<br>②10:45-11:45<br>ポッチャ   |
| 14             | 15                    | 16                                      | 17                                             | 18                                                       | 19                                   | 20                                    |
| 休館             |                       | ①10:00-10:40<br>②10:50-11:30<br>にここ運動教室 | 14:00-15:00<br>ウクレレとオカリナ<br>で歌おう               |                                                          | 13:00-13:45スマホ相談<br>14:00-15:15しゃべりバ |                                       |
| 21             | 22                    | 23                                      | 24                                             | 25                                                       | 26                                   | 27                                    |
| 休館             | 休館                    | ③10:00-10:40<br>④10:50-11:30<br>にここ運動教室 | 9:30-11:30<br>みんなのいこい                          | ①13:30-14:30<br>②14:45-15:45<br>書道                       | 9:30-10:30<br>ヨガ                     | 9:30-11:00 ハンドベル<br>14:00-15:00 eスポーツ |
| 28             | 29                    | 30                                      | 31                                             | ※7/3（木）ぬりえサロンの会場は瑞江コミュニティ会館<br>事前申込が必要です。日程は変更になることがあります |                                      |                                       |
| 休館             | 13:30-15:30<br>喫茶ほのぼの |                                         |                                                |                                                          |                                      |                                       |

なごみの家瑞江 江戸川区江戸川2-33-18 TEL:03-5636-7753

開館時間：9:00~17:30 休館日 月曜・祝日・年末年始 ※月曜が祝日の場合は翌日も休館・土日が祝日の場合は開館  
サロン実施中も相談は受け付けています。

来所者には江戸川区商店街ポイントカードのポイントプレゼント！ 第2日曜日は2倍デーです。







なごみの家 松江北 (03-3652-4753)

開館時間 9時～17時30分

休館日 月曜日・祝日・年末年始  
※月曜日が祝日の場合は翌日も休館  
※土日が祝日の場合は開館

交通 都営バス 新小29「同潤会」下車すぐ



# 7月の予定 (なごみの家 松江北)



| 日 Sun                         | 月 Mon         | 火 Tue     | 水 Wed                         | 木 Thu                                    | 金 Fri                                                                 | 土 Sat                                           |
|-------------------------------|---------------|-----------|-------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| 29                            | 30            | 1         | 2<br>マーじゃんサロン<br>10:00～12:00  | 3                                        | 4<br>初心者優先<br>マーじゃん教室<br>10:00～12:00<br>予約 にこにこ運動教室<br>①14:00 ②14:50  | 5                                               |
| 6<br>予約 編み物教室<br>13:30～16:00  | 7<br>休館日      | 8         | 9<br>スマホ相談<br>10:00～11:30     | 10                                       | 11<br>折り紙工作<br>14:00～16:00<br>予約 にこにこ運動教室<br>①14:00 ②14:50            | 12<br>なごみノート書き方講座<br>(エンディングノート)<br>10:00～12:00 |
| 13<br>マーじゃんサロン<br>10:00～12:00 | 14<br>休館日     | 15        | 16<br>マーじゃんサロン<br>10:00～12:00 | 17<br>ニコニコカフェ<br>(認知症カフェ)<br>10:00～11:00 | 18<br>初心者優先<br>マーじゃん教室<br>10:00～12:00<br>予約 にこにこ運動教室<br>①14:00 ②14:50 | 19                                              |
| 20<br>予約 編み物教室<br>13:30～16:00 | 21 海の日<br>休館日 | 22<br>休館日 | 23<br>スマホ相談<br>10:00～11:30    | 24                                       | 25<br>折り紙工作<br>14:00～16:00<br>予約 にこにこ運動教室<br>①14:00 ②14:50            | 26                                              |
| 27<br>マーじゃんサロン<br>10:00～12:00 | 28<br>休館日     | 29        | 30                            | 31                                       | 1                                                                     | 2                                               |



## イベント情報

### 予約 にこにこ運動教室

申込み・持ち物等の詳細はお電話にて。

日時 毎週金曜日 ①14時 ②14時50分  
※各回40分程度

会場 松江区民プラザ (松江2-1-10)

### 予約 編み物教室 (先着10名)

月2回で1つの作品を制作。6・7月はペットボトルケースと帽子。

日時 7月6日・20日 ※各回13時30分～16時

予約 7月分 → 受付中



### 自由 折り紙工作

日程 7月11・25日

時間 14時～16時



7月は  
オリジナル鍋敷き

### 予約 なごみノート書き方講座 (先着6名)

セミナーも務める講師の方がエンディングノートの書き方を伝授。

日時 7月12日(土) 10時～12時

予約 お電話にてお申込み。定員に達し次第、受付終了。

### 自由 スマホ相談

日程 7月9・23日

時間 10時～11時30分



### 自由 マーじゃんサロン

「賭けない」「飲まない」「吸わない」。初心者向けの麻雀サロン。

日時 第1 & 第3を除く毎週日曜日・第1 & 第3水曜日

第1 & 第3金曜日は初心者優先教室 ※各回10時～12時

# 7月カレンダー



なごみの家一之江  
江戸川区一之江4-1-18  
☎5661-6753  
\*看護師による健康相談は  
随時 受付け中です。

子どもから高齢者まで集える交流の場です♪

\*開館日：火～日曜（土日の祝日は開館）  
\*開館時間：9:00～17:30  
\*休館日：月曜・祝日  
（月曜日が祝日の場合は翌日も休館）・年末年始

| 日曜日                                                                                                                                                    | 月曜日 | 火曜日                                                | 水曜日                                                                                   | 木曜日                                                                        | 金曜日                                                                                                                                      | 土曜日                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>～熱中症に注意～<br/>*****<br/>暑い日が続きます。<b>水分補給</b><br/>をこまめに心がけましょう！</p>  |     | 1                                                  | 2  | 3                                                                          | 4                                                                                                                                        | 5                                                                                      |
|                                                                                                                                                        |     | *ポイント2倍デー                                          | <p><b>えどトレ 10:30～</b><br/>法律相談 14:00～<br/>*ポイント2倍デー</p>                               | <p><b>にこにこ運動教室</b><br/>1部：10:00～10:40<br/>2部：10:50～11:30<br/>*ポイント2倍デー</p> | <p><b>ラジオ体操 11:00～</b></p>                            | eスポーツ 15:00～                                                                           |
| 6                                                                                                                                                      | 7   | 8                                                  | 9                                                                                     | 10                                                                         | 11                                                                                                                                       | 12                                                                                     |
| <p><b>笑いヨガ 10:00～</b><br/>囲碁将棋 14:00～</p>                                                                                                              | 休館日 |                                                    | <p><b>えどトレ 10:30～</b></p>                                                             | <p><b>にこにこ運動教室</b><br/>1部：10:00～10:40<br/>2部：10:50～11:30</p>               | <p><b>ラジオ体操 11:00～</b></p>                            | eスポーツ 15:00～                                                                           |
| 13                                                                                                                                                     | 14  | 15                                                 | 16                                                                                    | 17                                                                         | 18                                                                                                                                       | 19  |
| <p><b>笑いヨガ 10:00～</b><br/>囲碁将棋 14:00～<br/>*ポイント2倍デー</p>                                                                                                | 休館日 | <p>葛西図書館<br/>読み聞かせ 10:30～<br/>*素敵な時間を<br/>一緒に！</p> | <p><b>えどトレ 10:30～</b></p>                                                             | <p><b>にこにこ運動教室</b><br/>1部：10:00～10:40<br/>2部：10:50～11:30</p>               | <p><b>スマホ教室 10:00～</b><br/>★楽しく学びましょう！<br/>(申込制です)</p>                                                                                   | <p><b>クリーン作戦 時間未定</b><br/>eスポーツ 15:00～</p>                                             |
| 20                                                                                                                                                     | 21  | 22                                                 | 23                                                                                    | 24                                                                         | 25                                                                                                                                       | 26                                                                                     |
| <p><b>笑いヨガ 10:00～</b><br/>囲碁将棋 14:00～</p>                                                                                                              | 休館日 | 休館日                                                | <p><b>えどトレ 10:30～</b></p>                                                             | <p><b>にこにこ運動教室</b><br/>1部：10:00～10:40<br/>2部：10:50～11:30</p>               | <p><b>ラジオ体操 11:00～</b><br/><b>哲学カフェ 14:00～</b></p>  | eスポーツ 15:00～                                                                           |
| 27                                                                                                                                                     | 28  | 29                                                 | 30                                                                                    | 31                                                                         | <p>夏の風物詩～打ち上げ花火について～<br/>花火の種類には、菊のような球形に開く<br/>「割物」と花火玉が上空で2つに開き、中から星などが出る「ポカ物」があり、菊などの割物花火は世界的にも精巧な花火とされる。各地の花火大会が楽しみです</p>            |                                                                                        |
| <p><b>笑いヨガ 10:00～</b><br/>座布団作り実演会<br/>10:40～<br/>囲碁将棋 14:00～</p>                                                                                      | 休館日 |                                                    |                                                                                       |                                                                            |                                                                                                                                          |                                                                                        |

# なごみの家 長島桑川 ご利用についてのお願い

ご来所される皆様に“安心してご利用いただく”ために、いくつかお願いがございます。  
ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

◎混雑を避けるため、ご利用人数が多くなった時はお席を空けていただく場合があります。  
多くの方にご利用いただけるよう、ご協力お願いいたします。

◎消毒用アルコールを設置しておりますので、ご来所の際は手指消毒にご活用ください。  
※検温はお願いしませんが、体調に異常がある場合は入館をご遠慮いただいています。  
施設内でのマスクの着用については、個人の判断でお願いいたします。  
水分補給以外の飲食はできません（水分は、なるべくご自身で蓋付容器にてご持参ください）

◎小・中学校のお子さんのご利用は、午後5時までです。

※「なんでも相談」を行っています。どこに相談してよいかわからない事などお気軽にご相談ください。  
※「見守りキーホルダー」・「自動通話録音機」・「愛の杖」の申請は、随時受け付けしています。  
身分証明書をお持ちください。



なごみの家は江戸川区のクーリングシェルター(指定暑熱避難施設)に指定されています。  
「えどがわ“ひと涼み”処(どころ)」と名付けて、暑さを一時しのげる場所になっています。  
お気軽にお立ちよりください。冷水もご用意しています。



イベントは予告なく変更になる場合があります。  
詳細は下記までお問い合わせください。

| 日  | 月                  | 火                             | 水                               | 木                              | 金                                      | 土                     |
|----|--------------------|-------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------|-----------------------|
|    |                    | 1<br>13:00 村さん<br>クラス         | 2<br>10:00 毛糸                   | 3<br>10:00 すみれ会<br>14:30 スマホ教室 | 4<br>10:00 にこにこ運動教室<br>10:50 にこにこ運動教室  | 5                     |
| 6  | 7<br>休館日           | 8 ダブル<br>ポイントデー<br>14:00 笑いヨガ | 9<br>10:00 毛糸<br>10:00 リトルエンジェル | 10                             | 11<br>10:00 にこにこ運動教室<br>10:50 にこにこ運動教室 | 12                    |
| 13 | 14<br>休館日          | 15                            | 16<br>10:00 毛糸                  | 17                             | 18<br>10:00 にこにこ運動教室<br>10:50 にこにこ運動教室 | 19<br>15:00<br>健康セミナー |
| 20 | 21<br>休館日<br>(海の日) | 22<br>休館日                     | 23<br>10:00 毛糸<br>13:30 はがき絵    | 24                             | 25<br>10:00 にこにこ運動教室<br>10:50 にこにこ運動教室 | 26                    |
| 27 | 28<br>休館日          | 29                            | 30<br>10:00 毛糸                  | 31                             |                                        |                       |

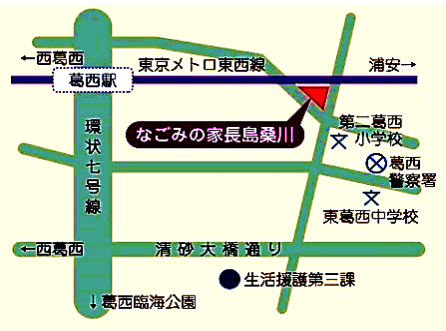
各イベントご参加の際は、下記の連絡先まで  
お問い合わせください。

## なごみの家公式 Instagram # なごみの家長島桑川

全なごみの家の最新情報を発信しています。是非フォローしてご覧くださいね  
[https://www.instagram.com/nagominoie\\_official/](https://www.instagram.com/nagominoie_official/)



@nagominoie\_official



- 所在地 江戸川区東葛西 6-34-1 ●電話 03-3680-2753
- 開館日 火～日曜 (土日の祝日は開館)
- 開館時間 9:00～17:30
- 休館日 月曜・祝日 (月曜日が祝日の場合は翌日も休館)・年末年始
- アクセス 東京メトロ東西線「葛西」駅より徒歩約 10 分、  
都営バス葛西 21 (葛西駅行き)「第二葛西小学校前」から徒歩  
約 2 分



# なごみの家葛西南部 7月予定表

「なごみの家葛西南部」では、「居場所」としての利用や「なんでも相談」をお受けしております。  
看護師、社会福祉士がおりますので、困っていることがあれば、遠慮なくお申し出ください。なお、相談等については電話でもお受けしておりますので、お気軽にご連絡ください。また、「見守りキーホルダー」「自動通話録音機」「愛の杖」の申請も受け付けております。皆様のお越しをお待ちしております。

| 日                                                         | 月                                      | 火                                           | 水                                                   | 木                                   | 金                              | 土                                                      |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------|
| ボランティア募集中<br>地域の活動と一緒に参加しませんか？<br>お試し体験大歓迎！<br>気軽にお問合せ下さい |                                        | 1<br>13:00~13:40<br>13:50~14:30<br>にこにこ運動教室 | 2<br>七夕飾り<br>6月11日~葛西南部のサロンで笹飾りを始めています              | 3<br>七夕飾り<br>皆さんも願い事を短冊にしたためてみませんか？ | 4<br>七夕飾り<br>短冊はサロンにご用意しております！ | 5<br>七夕飾り<br>予約不要                                      |
|                                                           | 6<br>七夕飾り<br>季節を感じる風物詩<br>笹飾りをお楽しみください | 7<br>★七夕★<br>休館日                            | 8<br>13:00~13:40<br>13:50~14:30<br>にこにこ運動教室         | 9                                   | 10                             | 11<br>予約不要<br>定員10名程度                                  |
| 12<br>14:00~15:00<br>折り紙教室<br>金魚                          | 13                                     | 14<br>休館日                                   | 15<br>13:00~13:40<br>13:50~14:30<br>にこにこ運動教室        | 16                                  | 17<br>定員10名程度                  | 18<br>14:00~15:00<br>笑いヨガ&椅子で<br>ヨガ<br>予約制7月1日~        |
| 19                                                        | 20                                     | 21<br>海の日<br>休館日                            | 22<br>休館日                                           | 23                                  | 24                             | 25<br>定員8名                                             |
| 26<br>10:00~11:30<br>夏休み企画！<br>紙コップ工作                     | 27                                     | 28<br>休館日                                   | 29<br>13:00~13:40<br>13:50~14:30<br>にこにこ運動教室<br>盆踊り | 30<br>                              | 31<br>                         | 「にこにこ運動教室」参加方法について<br>ご予約は不要です<br>はじめてご利用の方は登録が必要となります |

囲碁・将棋・麻雀  
仲間を誘い合わせの上  
お楽しみください！



スマホ相談

無料!!

イベント情報

お手持ちのスマホを  
ご持参の上、お気軽に  
ご相談ください（予約不要）  
開館時間にお越しください



7月12日（土）  
14:00  
~15:00  
折り紙教室  
「金魚」



【開館時間】 9:00~17:30

【休館日】 月曜 祝日

※ただし土日の祝日は開館します

利用料：無料

江戸川区清新町2-7-20

☎ 03-5659-0753

お願い  
館内で食べ物を召し上がることはできません





# なごみの家 小松川平井 カレンダー

| 日                                                                                | 月                                                                                          | 火                                                                                                                       | 水                                         | 木                                                                       | 金                                                  | 土                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                  |                                                                                            | 1                                                                                                                       | 2                                         | 3                                                                       | 4                                                  | 5                                                                                                                        |
|  |                                                                                            |                                                                                                                         | <自由参加制><br><b>Let'sなごみ体操</b><br>9:30~9:50 | <登録制><br><b>にこにこ運動教室</b><br>10:00~10:40<br>10:50~11:30                  |                                                    | <予約制><br><b>手話</b><br>10:00~11:00<br> |
| 6                                                                                | 7                                                                                          | 8                                                                                                                       | 9                                         | 10                                                                      | 11                                                 | 12                                                                                                                       |
| <自由参加制><br><b>なごみの家まつり</b><br>14:00~16:00                                        | 休館日<br>   | <予約制><br><b>折り紙</b><br>10:00~11:30<br> | <自由参加制><br><b>Let'sなごみ体操</b><br>9:30~9:50 | <登録制><br><b>にこにこ運動教室</b><br>10:00~10:40<br>10:50~11:30                  | <登録制><br><b>ラクラク体操</b><br>10:00~10:30              |                                                                                                                          |
| 13                                                                               | 14                                                                                         | 15                                                                                                                      | 16                                        | 17                                                                      | 18                                                 | 19                                                                                                                       |
|                                                                                  | 休館日                                                                                        | <予約制><br><b>折り紙</b><br>14:00~15:30<br> | <自由参加制><br><b>Let'sなごみ体操</b><br>9:30~9:50 | <登録制><br><b>にこにこ運動教室</b><br>10:00~10:40<br>10:50~11:30                  |                                                    |                                                                                                                          |
| 20                                                                               | 21                                                                                         | 22                                                                                                                      | 23                                        | 24                                                                      | 25                                                 | 26                                                                                                                       |
|                                                                                  | 休館日<br> | 休館日                                                                                                                     | <自由参加制><br><b>Let'sなごみ体操</b><br>9:30~9:50 | <登録制><br><b>にこにこ運動教室</b><br>10:00~10:40<br>10:50~11:30<br><b>ポイント2倍</b> | <登録制><br><b>ラクラク体操</b><br>10:00~10:30              |                                                                                                                          |
| 27                                                                               | 28                                                                                         | 29                                                                                                                      | 30                                        | 31                                                                      | ☆サロンの予約開始日☆<br>8月 折り紙：7/20~予約開始<br>8月 手話：7/25~予約開始 |                                                                                                                          |
|                                                                                  | 休館日                                                                                        |                                                                                                                         | <自由参加制><br><b>Let'sなごみ体操</b><br>9:30~9:50 |                                                                         |                                                    |                                                                                                                          |

## おしらせ

～今後ともご理解・ご協力をお願いいたします～

- ★来所時に、手洗いまたは消毒をお願いいたします。
- ★館内で食べ物は召し上がれません。フタ付きの飲み物は持ち込み可です。
- ★発熱・せき・その他体調不良等がある方はご利用を制限させていただいております。

### 折り紙ボランティア募集！

- 第2（火）10:00~11:30
- 第3（火）14:00~15:30

一緒に折り紙を教えてくれる仲間を募集中です。  
ご興味のある方は気軽にお問い合わせください♪

☆皆で夏を感じましょう☆

### なごみの家まつり

なごみの家にて夏まつり（七夕まつり）を開催します！  
こども～大人まで楽しんでいただけるよう、様々なゲームを行います☆  
15:30～ビンゴ大会も開催！ささやかな景品を用意しています♪

みんなで一緒にお祭り気分を味わい楽しみましょう！

### なごみの家小松川平井

03-5858-9753

平井1-9-6T.I.Sビル1階  
(9:00~17:30)