

"まちの縁がわ"

ぶんぶんく テラマチ



"まちの縁がわ" ぶんぶんく テラマチは、地域でのシニアの方たちが気軽に訪れ、くつろいだり、多世代とのふれあいを目指して活動できる場です。

皆さんの居場所を皆さんでつくりませんか？

◯は、オープン日です

<9月>

囲碁・将棋
あります

ラジオ体操
やっています

★英語タイム
11:00～11:30
ラジオの英会話で
楽しく学びます！

★ハンドケア講座
11:00～14:00
お互いにハンドケア
やってみます！

月	火	水	木	金
				① 10-15 【ハンドケア講座 11:00-14:00】
4	⑤ 10-15 ★	6	⑦ 10-15	⑧ 10-15 ★
11	⑫ 10-15 ★★	⑬ 10-15	⑭ 10-15	15
18	⑰ 10-15 ★	⑳ 10-15	21	㉒ 10-15 ★
⑳ 10-15 ★	26	27	㉘ 10-15	29

10:00～15:00の
お好きな時間に
いらしてください。
血圧もはかれます！

★呼吸サロン
(いよの呼吸)
14:14～14:44
リラックス
できますよ～！

こちらどうぞ

寺町通り区民集会所 ロビー、和室

▲ 北鳥山 5-1-4

★千歳鳥山駅 徒歩14分 ★寺院通1番バス停
徒歩3分

お問い合わせ先

世田谷区市民活動推進課 03-6304-3176

活動・プログラムについては

運営・NPO法人セT=がや子育てネット(ぶんぶんくテラマチ)

☎ 070-1189-4934 (ぶんぶんく活動日のみ)

こちらです

