

なごやか予定表10月

鎌倉市津西 1-7-7
 ☎0467 (31) 0800
 腰越なごやかセンター
 所長 土屋 章子
 2026年10月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	日曜日・祝日・木曜日は お風呂はありません。					
4 なごやか歌声広場 13:30~15:00	5 スポーツウェル ネス吹矢教室 3 13:30~ 15:30	6 健康相談 	7 多世代将棋教室 13:00~15:30	8 布裁断作業 10:00~ 	9 カラオケ体操 10:00~11:00	10 
11 	12 スポーツ の日 	13 	14 囲碁ボール ①13:00~ ②14:15~	15 ふまねっと 10:00~11:00	16 健康相談 	17 多世代将棋教室 13:00~15:30
18 	19 ギャラリー展示 準備日	20 	21 	22 健康相談 	23 フェスタ準備の為 入浴は 13:00 迄に 終わらせてください	24 なごやかフェスタ 2026 
なごやかギャラリー展 2026 10/20 (火) ~10/24 (土) 10:00~15:00						
25 みんなのカラオケ 13:00~ 15:30 	26 	27	28 健康相談  囲碁ボール ①13:00~ ②14:15~	29 	30 	31 

お知らせ

<専門講座>

歌声広場

日時：令和8年10月4日(日)
 13時30分~15時
 場所：なごやかセンター集会室
 講師：峰 貴子氏
 ※当日直接いらしてください。

23日(金)

フェスタ準備
 のため入浴は
 13時までに
 終わらせてく
 ださい。

マッサージ機のご寄付を募集しています
 皆様のまわりに眠っているマッサージ機はありませんか？お譲りい
 ただける方がいらっしゃいましたら、スタッフにご相談ください。

なごやかフェスタ 2026

《なごやかギャラリー展》

10月20日(火)~24日(土)
 会議室 10時~15時

手作り作品・折り紙・絵手紙・トールペイント
 フラワーアレンジメント・個人の作品他

《なごやかフェスタ》

10月24日(土) 10時~15時
 サークル発表・歌声広場
 バザー・似顔絵・ゲームコーナーなど
 パン・おにぎり・お菓子・飲み物などの販売

バザー寄付品募集!!

9月24日(木)~10月15日(木)
 ○衣類、食器(新品又は新品同様)
 ○日用雑貨 おもちゃ 文具など
 (汚れのないもの)
 ○食糧品(賞味期限内)
 寄付品は受付で確認いたします。

個人作品募集!!

なごやかギャラリー展
 に作品を展示しません
 か？
 「出展しようかな？」と
 思われる方は、スタッフ
 にお声かけください。

フェスタボランティア募集!!

フェスタ事前の準備、当日お手伝いをしてくださる方を募集してい
 ます。皆と一緒に盛り上げましょう!!