

# 大人のサロン 2026年4月 プログラム

◎会員制のため、年間登録料500円が必要です。

開催日	内容	時間	費用	場所	備考
10日・24日(金)※注	女声コーラス	13:30	¥ 300	多目的	
7日・14日・21日・28日(火)	シニア健康体操	10:00	¥ 300	講堂	
6日・20日(月)	フラダンス	11:00	¥ 100	多目的	
8日・22日(水)	サロンの談話室	10:30	¥ 100	サロン	

日	月	火	水	木	金	土
<b>【大人のサロン事業にご参加の皆様にお願ひ】</b> ◆各事業にご参加の際には、以下のことをお守りください。 ・マスクは、なるべくご自身のために、着用願ひます。 ・入口で、個人で検温・アルコール消毒にご協力をお願いいたします。 ・周りにコロナに感染された方がいらしたり、感染の恐れがある場合には、ご参加がいただけませんので、ご理解願ひます。			1日	2日 休館日	3日 13:30 コーラス	4日
5日 休館日	6日 11:00 フラダンス	7日 10:00 シニア健康体操	8日 10:30 サロンの談話室	9日 休館日	10日	11日
12日 休館日	13日	14日 10:00 シニア健康体操	15日	16日 休館日	17日 13:30 コーラス	18日
19日	20日 11:00 フラダンス 大人サロン定例会	21日 10:00 シニア健康体操	22日 10:30 サロンの談話室	23日 休館日	24日	25日
26日 休館日	27日	28日 10:00 シニア健康体操	29日	30日 休館日		

四谷ひろば運営協議会 大人のサロン

〒160-0004 東京都新宿区四谷4-20

tel. 03-3358-9140