

千田福祉会館だより

5月号



令和7年4月25日発行

千田福祉会館

住所：江東区千田21-18

電話：03 (3647) 0108 HP

運営：株式会社マミー・インターナショナル
〈ホームページアドレス〉

<https://www.mommy-senda.com>



木々の緑が美しい季節となりました。福祉会館では運動や趣味の活動、お風呂など毎日何か楽しめる事業を行っています。皆さんお誘いあわせの上、お気軽に千田福祉会館にお立ち寄りください。

日	月	火	水	木	金	土
☆菖蒲湯☆ 邪気を祓い健康な毎日を送るため、菖蒲湯を行います。 タオル、石鹸等はお持ちください。 日時：5月2日(金) 11時～14時 (受付は13時00分までです)				1 ▲オセロタイム 10:00 ▲手芸活動 14:00	2 ●茶道 (自主練習) 10:00 ●俳句 13:30 ▲輪踊り 13:30	3 憲法記念日
4 みどりの日 くわしくは裏面を ごらんください！	5 ▲こどもの日交流 『将棋道場』 13:30 ●民踊 (自主練習) 14:00 18時閉館 (お風呂休み)	6 振替休日	7 ▲ほがらかクラブ 音楽サロン 10:00 ▲ぬり絵タイム 13:30	8 ▲卓球サークル (経験者) 10:00 ★ハワイアンフラ 10:30 ●民踊 13:30 ▲手芸活動 14:00	9 ●シニア体操 グループ1 10:00 グループ2 10:50 ▲カラオケ 14:00	10 ▲卓球タイム (初心者) 10:00 ★書道 13:30
11	12 ▲いらすとクラブ 10:00 ▲卓球開放 13:30 ▲手芸活動 14:00 ●民踊 (自主練習) 14:00 (お風呂休み)	13 ●シニアヨガ グループ1 10:00 グループ2 10:50 ▲ぬり絵タイム 13:30	14 ▲ほがらかクラブ 口腔ケア 10:00 ▲パソコン初心者 14:00	15 ▲卓球サークル (経験者) 10:00 ▲なないろプログラム 英会話 初級10:20 中級11:10 ▲KOTO活き粋体操 13:00	16 ●茶道 10:00 ▲スカット！ ボール 10:00 ●俳句 13:30 ▲輪踊り 13:30	17 ▲卓球タイム (初心者) 10:00 ●詩吟 13:30
18 ▲ぬり絵タイム 10:00 ▲卓球開放 13:30 18時閉館 (お風呂休み)	19 ▲なないろプログラム 英会話 初級10:20 中級11:10 ▲手芸活動 14:00 ●民踊 (自主練習) 14:00 (お風呂休み)	20 ●なないろプログラム 筋力トレーニング グループ1 10:00 グループ2 10:50	21 ▲輪投げ 10:00 ▲カラオケ 14:00	22 ▲卓球サークル (経験者) 10:00 ★ハワイアンフラ 10:30	23 ▲スカット！ ボール 10:00	24 ▲卓球タイム (初心者) 10:00 ★書道 (自主練習) 13:30
25 さざんかちゃん	26 ▲いらすとクラブ 10:00 ▲卓球開放 13:30 ●民踊 (自主練習) 14:00 (お風呂休み)	27 ●なないろプログラム 筋力トレーニング グループ1 10:00 グループ2 10:50	28 ▲輪投げ 10:00 ▲パソコン初心者 14:00	29 ▲オセロタイム 10:00 ▲くつろぎカフェ 13:30	30 ▲なないろプログラム 男の筋力 トレーニング 申込不要 10:00 ▲手芸活動 14:00	31 ▲ぬり絵タイム 10:00 ●詩吟 13:30

★・・・定員に達しました

●・・・申込制

▲・・・当日自由参加できます

◇・・・会員制

こどもの日交流 ☆将棋道場☆

○こどもの日に、児童館のこども達と一緒に将棋やオセロを楽しみませんか。

当日福祉会館の将棋コーナーへお集まりください。

日時： 5月5日(月) 13:30～15:00

場所： 福祉会館 将棋コーナー

申込不要・自由参加です

☆シニア体操・シニアヨガ☆

○シニア体操 5月9日(金) ○シニアヨガ 5月13日(火)

グループ1 10:00～・グループ2 10:50～

場所：洋室 定員：各回30名(申込制、先着順)

※シニアヨガでは手ぬぐいを使用します。 ※各講座とも2部入れ替え制で実施します。

事前申込制

4/25(金)より受付開始

なないろプログラム☆筋力トレーニング☆

○介護予防運動指導員資格を持つ講師が、転倒防止、尿失禁予防のトレーニングとストレッチを行います。

5月は2日間おこないます。両日参加できます。

日時：5月20日(火)・27日(火) ※今月は午前 시간에 変更して行います。

グループ1 10:00～・グループ2 10:50～ ※2部入れ替え制です。

場所：洋室 定員：各回30名(申込制、先着順)

事前申込制

4/25(金)より受付開始

☆令和7年度事業申込のお知らせ☆

○追加募集事業 定員に余裕があるため、追加で募集いたします。受付にてお申込みください。

俳句12名、詩吟8名、民謡11名、茶道1名

※書道教室とハワイアンフラは定員に達したため、締め切りました。

☆5月のほがらかクラブについて☆

日にち	講座	講師	時間	人数
7日(水)	音楽サロン	藤田 明美先生	10時～11時30分	先着30名
14日(水)	口腔ケア	金田 恵美子先生	10時～11時30分	先着30名

◆ 自由参加できる事業（開催日は表面のカレンダーでご確認ください）

オセロタイム 月2回程度	卓球タイム (初心者向け) 月3回	卓球開放 月3回	卓球サークル (経験者向け) 木曜日 月3回	なないろプログラム 英会話 第3木曜日 初級10:20/中級11:10 第3月曜日 初級10:20/中級11:10
※卓球は月内は3種のうち1つ選んでご参加下さい。月が代われば変更可能です。※各回20名程度				
いらすとクラブ 月2回	KOTO活き粋体操 第3木曜日 13:00～13:30	輪踊り 月2回 第1、3金曜日	輪投げ 月2回	パソコン初心者 隔週水曜日
スカット！ボール 月2回	ぬり絵タイム 週1回程度	カラオケ 月2回	ラジオ体操 毎日 10:40～10:50 (開館日に実施) ※館内行事により休止あり	手芸活動 週1回程度 14:00～15:30 (活動日は千田福祉会館 たよりでご確認ください)