

# 千田福祉会館だより

## 10月号



令和4年9月24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>



日 月 火 水 木 金 土

吹く風も朝晩涼しくなってきました。千田福祉会館では毎日いろいろな事業を行っています。運動の秋、芸術の秋を千田福祉会館で一緒に楽しみましょう。

### お知らせ

#### ☆撮影について☆



行事や日常の様子を記録するため、写真を撮ることがあります。写真は館内やホームページに掲載、掲載することがあります。不都合がある方はお申し出ください。



1  
 ★書道  
 10:00  
 ▲出前刃物砥ぎ  
 12:30

2  
 ▲輪投げ  
 (自主練習)  
 1日開放  
 18時閉館  
 (お風呂休み)

3  
 ▲輪投げ  
 (自主練習)  
 10:30  
 ▲英会話クラブ  
 10:30  
 ●民踊  
 (自主練習)  
 13:30  
 (お風呂休み)

4  
 ▲スカット!  
 ボール  
 10:00  
 ◇PCサークル  
 13:30  
 ▲カラオケ  
 14:00

5  
 ★ヴォイス&歌  
 10:00  
 ★パソコン  
 基礎クラス  
 14:00

6  
 ▲卓球サークル  
 (経験者)  
 10:00  
 ●午後の軽体操  
 14:00

7  
 ▲ぬり絵タイム  
 10:00  
 ●茶道  
 10:00  
 ★俳句  
 13:30  
 ▲手芸活動  
 14:00  
 ▲輪踊り  
 13:30

8  
 ▲卓球タイム  
 (初心者)  
 10:00  
 ▲卓球開放  
 13:30

9  
 休館日

10  
 スポーツの日

11  
 ●シニアヨガ  
 グループ1 10:00  
 グループ2 10:50  
 ◇PCサークル  
 13:30  
 ▲手芸活動  
 14:00

12  
 ▲ぬり絵タイム  
 10:00  
 ▲ほがらかクラブ  
 「健康指導  
 骨粗鬆症に  
 ついて」  
 10:00  
 ▲カラオケ  
 14:00

13  
 ▲卓球サークル  
 (経験者)  
 10:00  
 ●民踊  
 13:30  
 ▲卓球開放  
 13:30

14  
 ●シニア体操  
 グループ1 10:00  
 グループ2 10:50  
 ●午後の軽体操  
 14:00

15  
 ★書道 (自習)  
 10:00

16  
 ▲卓球タイム  
 (初心者)  
 13:30  
 18時閉館  
 (お風呂休み)

17  
 ●民踊  
 (自主練習)  
 13:30  
 ●午後の軽体操  
 14:00  
 (お風呂休み)

18  
 ▲スカット!  
 ボール  
 10:00  
 ◇PCサークル  
 13:30  
 ▲手芸活動  
 14:00

19  
 ▲ぬり絵タイム  
 10:00  
 ▲レクダンス  
 13:30  
 ★パソコン  
 基礎クラス  
 14:00

20  
 ▲卓球サークル  
 (経験者)  
 10:00  
 ▲KOTO  
 活き粋体操  
 13:00  
 ▲英会話クラブ  
 14:00

21  
 ●茶道 (自習)  
 10:00  
 ★俳句  
 13:30  
 ▲輪踊り  
 13:30

22  
 ▲卓球タイム  
 (初心者)  
 10:00  
 ●詩吟  
 13:30

23  
 休館日

24  
 ▲卓球開放  
 10:00  
 ●民踊  
 (自主練習)  
 13:30  
 ▲カラオケ  
 14:00  
 (お風呂休み)

25  
 ▲スカット!  
 ボール  
 10:00  
 ◇PCサークル  
 13:30  
 ●午後の軽体操  
 14:00

26  
 ▲いらすとクラブ  
 10:00  
 ▲輪投げ  
 13:30  
 筆ペンをお持ち  
 ください!

27  
 ▲卓球サークル  
 (経験者)  
 10:00  
 ▲手芸活動  
 14:00

28  
 ▲ぬり絵タイム  
 10:00

29  
 ▲卓球タイム  
 (初心者)  
 10:00

30  
 ▲卓球開放  
 13:30  
 (お風呂休み)

31  
 ▲輪投げ  
 (自主練習)  
 10:00  
 ●民踊  
 (自主練習)  
 13:30  
 ▲輪投げ  
 13:30  
 (お風呂休み)

☆10月 回数を増やして実施します☆  
 ○卓球タイム・卓球開放・卓球サークル 月3回→月4回  
 ○スカット! ボール 月2回→月3回  
 ○輪投げ(自主練習) 新登場 月3回  
 ○輪投げ 月1回→月2回

★・・・定員に達しました ●・・・申込制 ▲・・・当日自由参加できます ◇・・・会員制



## ☆シニアヨガ・シニア体操について☆

○シニアヨガ 10月11日(火) ○シニア体操 10月14日(金)  
 ※各講座とも2部入れ替え制で実施します。 定員：各回25名  
 グループ1 10:00～・グループ2 10:50～ 場所：洋室

事前申込制

9/26(月)より受付開始

## ☆午後の軽体操☆

○10月6日(木)・14日(金)・17日(月)・25日(火)  
 時間：14:00～15:30 場所：洋室  
 軽体操の予約は お一人様月2回 定員：30名

事前申込制

9/24(土)より受付開始

## ☆卓球サークル・卓球タイム・卓球開放に参加される皆様へ☆

○卓球サークル(経験者)・卓球タイム(初心者)・卓球開放は10月は月4回開催します。  
 参加方法は従来どおりで以下の3つのうち1つを選んで参加してください。月の途中での  
 変更はできません。

卓球サークル(経験者) 10月6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)

卓球タイム(初心者) 10月8日(土)・16日(日)・22日(土)・29日(土)

卓球開放 10月8日(土)・13日(木)・24日(月)・30日(日)

※開催時間は各回お便りにてご確認ください。 各回25名程度

## ☆10月のほがらかクラブについて☆

日にち	講座	講師	時間	人数
12日(水)	健康教育 「骨粗鬆症について」	北原看護師	10時～11時30分	先着25名

## ☆令和4年度 教室・事業のお知らせ☆

○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。)  
 民踊教室12名、茶道教室3名、詩吟教室5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)

レクダンス 黒崎 秀子先生	卓球タイム (初心者向け) 原則 月4回	卓球開放 原則 月4回	卓球サークル (経験者向け) 原則 木曜日 月4回	英会話クラブ 原則 第1月曜日 10:30～11:30 第3木曜日 14:00～15:00
いらすとクラブ 原則 月1回	活き粋体操だよ! 全員集合! 原則 第3木曜日 13:00～13:30	輪踊り 原則 月2回 第1、3金曜日	輪投げ 原則 月2回 自主練習 3回	午後の軽体操 14:00～15:30
スカッと!ボール 原則 月3回	ぬり絵タイム 原則 週1回程度	カラオケ 原則 月3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 だよりでご確認ください)