

# 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
<p>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。</p> <p><b>お知らせ</b> ☆撮影について☆ </p> <p>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。</p>						<p>1 ★書道 10:00</p>
<p>2 ▲輪投げ (自主練習) 1日開放</p> <p>18時閉館 (お風呂休み)</p>	<p>3 ▲輪投げ (自主練習) 10:30</p> <p>▲英会話クラブ 10:30</p> <p>●民踊 (自主練習) 13:30</p> <p>(お風呂休み)</p>	<p>4 ▲スカット! ボール 10:00</p> <p>◇PCサークル 13:30</p> <p>▲カラオケ 14:00</p>	<p>5 ★ヴォイス&amp;歌 10:00</p> <p>★パソコン 基礎クラス 14:00</p>	<p>6 ▲卓球サークル (経験者) 10:00</p> <p>●午後の軽体操 14:00</p>	<p>7 ▲ぬり絵タイム 10:00</p> <p>●茶道 10:00</p> <p>▲手芸活動 14:00</p> <p>▲輪踊り 13:30</p>	<p>8 ▲卓球タイム (初心者) 10:00</p> <p>▲卓球開放 13:30</p>
<p>9 休館日</p>	<p>10 スポーツの日</p>	<p>11 ●シニアヨガ グループ1 10:00 グループ2 10:50</p> <p>◇PCサークル 13:30</p> <p>▲手芸活動 14:00</p>	<p>12 ▲ぬり絵タイム 10:00</p> <p>▲ほがらかクラブ 「健康指導 骨粗鬆症に ついて」 10:00</p> <p>▲カラオケ 14:00</p>	<p>13 ▲卓球サークル (経験者) 10:00</p> <p>●民踊 13:30</p> <p>▲卓球開放 13:30</p>	<p>14 ●シニア体操 グループ1 10:00 グループ2 10:50</p> <p>●午後の軽体操 14:00</p>	<p>15 ★書道 (自習) 10:00</p> <p>●詩吟 13:30</p>
<p>16 ▲卓球タイム (初心者) 13:30 18時閉館 (お風呂休み)</p>	<p>17 ●民踊 (自主練習) 13:30</p> <p>●午後の軽体操 14:00 (お風呂休み)</p>	<p>18 ▲スカット! ボール 10:00</p> <p>◇PCサークル 13:30</p> <p>▲手芸活動 14:00</p>	<p>19 ▲ぬり絵タイム 10:00</p> <p>▲レクダンス 13:30</p> <p>★パソコン 基礎クラス 14:00</p>	<p>20 ▲卓球サークル (経験者) 10:00</p> <p>▲KOTO 活き粋体操 13:00</p> <p>▲英会話クラブ 14:00</p>	<p>21 ●茶道 (自習) 10:00</p> <p>★俳句 13:30</p> <p>▲輪踊り 13:30</p>	<p>22 ▲卓球タイム (初心者) 10:00</p> <p>●詩吟 13:30</p>
<p>23 休館日</p>	<p>24 ▲卓球開放 10:00</p> <p>●民踊 (自主練習) 13:30</p> <p>▲カラオケ 14:00 (お風呂休み)</p>	<p>25 ▲スカット! ボール 10:00</p> <p>◇PCサークル 13:30</p> <p>●午後の軽体操 14:00</p>	<p>26 ▲いらすとクラブ 10:00</p> <p>▲輪投げ 13:30</p> <p>筆ペンをお持ち ください!</p>	<p>27 ▲卓球サークル (経験者) 10:00</p> <p>▲手芸活動 14:00</p>	<p>28 ▲ぬり絵タイム 10:00</p> <p>★俳句 13:30</p>	<p>29 ▲卓球タイム (初心者) 10:00</p>
<p>30 ▲卓球開放 13:30 (お風呂休み)</p>	<p>31 ▲輪投げ (自主練習) 10:00</p> <p>●民踊 (自主練習) 13:30</p> <p>▲輪投げ 13:30 (お風呂休み)</p>	<p>☆10月 回数を増やして実施します☆</p> <p>○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</p>				

★・・・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)