

千田福祉会館だより

8月号



令和8年7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>



千田福祉会館は6月1日(月)～9月30日(水)まで、「高齢者の猛暑一時休憩所」として指定されています。熱中症対策としてご利用ください。なお今後熱中症特別警戒アラートが発令された場合には、イベントの中止や変更が行われることがあります。ご了承ください。

8月休講のお知らせ

〇8月は英会話・レベルUPトレーニング・筋力トレーニングはお休みさせていただきます。楽しみにして下さった皆様には、大変申し訳ございません。9月をお楽しみに！

- ▲・・・当日自由に参加できます
- ★・・・定員に達しました
- ・・・申込制

▲卓球タイム
(初心者)
9:30～11:30

★書道
13:30～15:00

日	月	火	水	木	金	土
						1
						▲卓球タイム (初心者) 9:30～11:30 ★書道 13:30～15:00
2	3	4	5	6	7	8
▲将棋例会 9:45～ ▲卓球開放 13:00～15:00 18時閉館 (お風呂休み)	▲ぬり絵タイム 10:00～11:30 ▲歩こう会 10:50～10:55 ●民踊 (自主練習) 14:00～15:30 (お風呂休み)	▲血行イー体操 10:00～10:30 ▲カラオケ 13:30～15:00	★ヴォイストレーニング&歌 10:00～11:30 ▲パソコン初心者 14:00～15:30	▲輪投げ 10:00～11:30 ▲手芸活動 14:00～15:30	★茶道 10:00～12:00 ▲スカット！ ボール 10:00～11:30 ▲輪踊り 夕涼み会 13:30～15:00	▲卓球タイム (初心者) 9:30～11:30 ▲カラオケ 13:30～15:00
9	10	11	12	13	14	15
休館日	▲いらすとクラブ 10:00～11:30 ▲くつろぎカフェ 13:30～15:00 ●民踊 (自主練習) 14:00～15:30 (お風呂休み)	山の白 休館日	申込制！ ●ほがらかクラブ 口腔ケア 10:00～11:30 ▲ぬり絵タイム 13:30～15:00	▲卓球サークル (経験者) 9:30～11:30 ★ハワイアンフラ グループ1 10:30～12:00 ▲手芸活動 14:00～15:30	●看護師による (個別)健康相談 9:00～10:00 ●シニア体操 ①10:00～10:40 ②10:50～11:30 ▲カラオケ 13:30～15:00	▲卓球タイム (初心者) 9:30～11:30 ▲オセロタイム 10:00～11:30 ★書道 (自主練習) 13:30～15:00
16	17	18	19	20	21	22
▲ぬり絵タイム 10:00～11:30 ▲卓球開放 13:00～15:00 18時閉館 (お風呂休み)	▲血行イー体操 10:00～10:30 ●eゲームに挑戦！ 「太鼓をたたいて リズムゲーム」 13:30～14:30 ●民踊 (自主練習) 14:00～15:30 (お風呂休み)	●シニアヨガ ①10:00～10:40 ②10:50～11:30 ※フェスタオル をおもちください ▲カラオケ 13:30～15:00	申込制！ ●ほがらかクラブ 音楽サロン 10:00～11:30 ▲パソコン初心者 14:00～15:30	▲卓球サークル (経験者) 9:30～11:30 ▲KOTO活き粋体操 13:00～13:30 ▲手芸活動 14:00～15:30	★茶道 (自主練習) 10:00～12:00 ▲輪踊り 13:30～15:00	▲スカット！ ボール 10:00～11:30 ▲カラオケ 13:30～15:00
23	24	25	26	27	28	29
休館日	▲いらすとクラブ 10:00～11:30 ▲手芸活動 14:00～15:30 ●民踊 (自主練習) 14:00～15:30 (お風呂休み)	●看護師による (個別)健康相談 9:00～10:00 ▲カラオケ 13:30～15:00	▲輪投げ 10:00～11:30 ●健康教育 「食中毒及び 感染症について」 13:30～14:30	▲卓球サークル (経験者) 9:30～11:30 ★ハワイアンフラ グループ2 10:30～12:00 ▲カラオケカフェ 13:30～15:00	●eゲームに挑戦！ 「ボーリング」 10:00～11:30 いつものカフェ でカラオケが歌 えます！ ▲ぬり絵タイム 13:30～15:00	▲血行イー体操 10:00～10:30 ▲オセロタイム 13:30～15:00
30	31					
▲ぬり絵タイム 10:00～11:30 ▲卓球開放 13:00～15:00 18時閉館 (お風呂休み)	▲あったか スープの会 11:30～12:30 ●民踊 (自主練習) 14:00～15:30 (お風呂休み)					

☆参加ください ☆ほがらかクラブ音楽サロン☆ってどんな講座？

音楽を通じて心も体も元気になりましょう！なつかしい歌をうたったり、楽器の演奏を楽しんだり、体も動かします。おさそいあわせてご参加ください。

日時：8月19日(水) 10:00～11:30 場所：洋室

定員：30名(申込制、先着順)

事前申込制

7/25(土)より受付開始

おしらせ

新規参加者申込開始！☆ヴォイストレーニング＆歌☆ 講師：岩渕みわ先生

○後期：10/7(水)，11/4(水)，12/2(水)，2/3(水)，3/3(水)

※前期に参加された方も、引き続き参加していただけますが、
参加希望の方は千田福祉会館窓口でのお申し込みが必要です。

申込期間

7/25(土)～9/2(水)まで

きっずクラブ・児童館交流 輪踊り ☆夕涼み会☆

○きっずクラブ、児童館児童と一緒に盆踊りを楽しみましょう。児童に着付けをしてくださるボランティアも募集しております。職員にお声掛けください。自由参加です。

日時：8月7日(金) 13:30～15:00 場所：和室(大)

☆ 看護師による(個別)健康相談 ☆

○看護師資格のある職員が健康相談をお受けします。お一人様30分の事前予約制です。

空きがあれば当日でも申込できます。事務室へおたずねください。

日時：8月14日(金) ・ 8月25日(火) 9:00～10:00

場所：当日ご案内いたします。 定員：各日2名

事前申込制

7/25(土)より受付開始

☆シニア体操・シニアヨガ☆

○シニア体操 8月14日(金) ○シニアヨガ 8月18日(火)

グループ1 10:00～10:40 ・ グループ2 10:50～11:30

場所：洋室 定員：各回30名(申込制、先着順) ※各講座とも2部入れ替え制で実施します。

※シニアヨガでは、手ぬぐいではなく**フェイスタオル**をご用意ください。

事前申込制

7/25(土)より受付開始

☆ eゲームに挑戦！☆

○テレビゲームを楽しみながら、頭と体の運動をしましょう！両日とも違うゲームを行います。

日時：8月17日(月) 13:30～14:30 「太鼓をたたいてリズムゲーム」

8月28日(金) 10:00～11:30 「ボーリング」

場所：洋室 定員：各回10名(申込制、先着順)

事前申込制

7/25(土)より受付開始

☆今月のほがらかクラブ、健康講話についてのおしらせ☆

ほがらかクラブ ○**口腔ケア** 8月12日(水) 10:00～11:30 金田 恵美子先生

○**音楽サロン** 8月19日(水) 10:00～11:30 藤田 明美先生

健康講話 ○**食中毒及び感染症について** 8月26日(水) 13:30～14:30 食品衛生監視員さん

場所：洋室 定員：各回30名(申込制、先着順)

※当日空きがあればお入りいただけます。

事前申込制

7/25(土)より受付開始

◆ 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）

・血行イー体操 月3回 ・レベルUPトレーニング 8月は休講です	オセロタイム 月2回程度	・卓球タイム(初心者向け) ・卓球開放 月3回 ※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	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 8月は休講です
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 第1・第3金曜日	輪投げ 月2回	パソコン初心者 隔週水曜日 パソコンをお持ちください
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 週2回程度	ラジオ体操・毎日 10:40～10:50 ▲ 歩こう会 表記あり 10:50～10:55 (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)