

# 千田福祉会館だより

## 12月号



KOTO City of Tokyo  
KOTO-CITY OF TOKYO  
KOTO-CITY OF TOKYO



令和3年11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>



暖冬ではありますが、日々に寒さが増しております。体調に気をつけてお過ごしください。福祉会館では少しずつ出来なかった事業が再開しています。千田福祉会館は12月からカラオケが再開します。感染予防対策を取りながらの実施にご協力をお願いいたします。

来館時はマスクの着用・手洗い手指の消毒・周りの方といつもより離れてお過ごし下さい。



日	月	火	水	木	金	土		
来館時はマスクの着用・手洗い手指の消毒・周りの方といつもより離れてお過ごし下さい。 			1 ★ヴォイス&歌 10:00  ▲卓球開放 13:30	2 ▲手芸活動 10:00 ★パソコン初級者 午前クラス10:00 午後クラス13:30  ◎午後の軽体操 14:00	3 ★茶道 10:00 ★パソコン 中級者 13:30 ★俳句(自習) 13:30 ▲輪踊り 13:30	4 ★書道 10:00 ▲出前刃物砥ぎ 12:30  ▲カラオケ 14:00		
5 ▲将棋例会 10:00  18時閉館 (お風呂休み)	6 ★英会話クラブ 午前クラス10:00 午後クラス13:30 ●民踊 (自主練習) 13:30 ◎午後の軽体操 14:00 (お風呂休み)	7 ▲スカット! ボール 10:00 ▲健康教育 13:30 ◇PCサークル 13:30 ▲手芸活動 14:00	8 ★ほがらかクラブ 「レクリエーション」 10:00 ★パソコン初級者 午前クラス10:00 午後クラス13:30 ▲カラオケ 14:00	9 ▲卓球サークル 10:00 ▲ぬり絵タイム 10:00  ●民踊 13:30	10 ★シニア体操 10:00  ◎午後の軽体操 14:00	11 ▲卓球タイム 10:00  ●詩吟 13:30		
休館日		12 ▲ぬり絵タイム 10:00 ★英会話クラブ 午前クラス10:00 午後クラス13:30  ●民踊 (自主練習) 13:30 (お風呂休み)	13 ▲卓球タイム 10:00 ★英会話クラブ 午前クラス10:00 午後クラス13:30  ●民踊 (自主練習) 13:30 (お風呂休み)	14 ▲ぬり絵タイム 10:00 ★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 ◎午後の軽体操 14:00	15 ★ほがらかクラブ 「健口・歌」 10:00 ★パソコン初級者 午前クラス10:00 午後クラス13:30  ▲レクダンス 13:30	16 ▲卓球サークル 10:00  ▲KOTO 活き粋体操 13:00 ▲ネイティブ指導 員と会話しよう! 14:00 ▲手芸活動 14:00	17 ★茶道(自習) 10:00  ▲輪踊り 13:30 ★パソコン 中級者 13:30 ★俳句(自習) 13:30	18 ★書道(自習) 10:00  ▲卓球開放 13:30
19 ▲囲碁例会 10:00  18時閉館 (お風呂休み)	20 ★英会話クラブ 午前クラス10:00 午後クラス13:30 ●民踊 (自主練習) 13:30 ◎午後の軽体操 14:00 (お風呂休み)	21 ▲ぬり絵タイム 10:00  ◇PCサークル 13:30 ◎午後の軽体操 14:00	22 ★パソコン初級者 午前クラス10:00 午後クラス13:30  ▲卓球開放 13:30 ▲カラオケ 14:00	23 ▲卓球サークル 10:00 ▲年末大掃除 10:00  ▲輪投げ 13:30 ▲手芸活動 14:00	24 ▲スカット! ボール 10:00  ★パソコン 中級者 13:30	25 ▲卓球タイム 10:00  ●詩吟 13:30		
休館日		26 ▲ぬり絵タイム 10:00  ◇PCサークル 13:30	27 ★英会話クラブ 午前クラス10:00 午後クラス13:30  ●民踊 (自主練習) 13:30 (お風呂休み)	28 ▲ぬり絵タイム 10:00  ◇PCサークル 13:30	29 ▲ぬり絵タイム 10:00  ◇PCサークル 13:30	30 ▲ぬり絵タイム 10:00  ◇PCサークル 13:30	31 ▲ぬり絵タイム 10:00  ◇PCサークル 13:30	

☆年末年始休館のお知らせ☆  
12月29日(水)～1月3日(月)までの期間、休館とさせていただきます。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

★・・・定員に達しました  
●・・・参加者募集中  
▲・・・当日自由参加できます  
◇・・・PCサークル(会員制)



# ☆健康教育☆

# テーマ：「高血圧について」

○12月7日(火) 時間：13:30~14:30 場所：洋室

講師：深川保健相談所 保健師さん

ちょっとした心ががけで高血圧を予防し、健康な生活をおくるヒントを学びましょう



# ☆カラオケ☆

○12月4日(土)・8日(水)・22日(水)

時間：14:00~15:30 場所：和室大

カラオケの受付は、**当日 和室大にて 先着：25名**



# ☆午後の軽体操☆

○12月2日(木)・6日(月)・10日(金)・14日(火)・20日(月)・21日(火)

時間：14:00~15:30 場所：洋室

軽体操の予約は**お一人月3回 定員：25名** ※11月25日(木)より受付開始



# ☆年末大掃除☆

○12月23日(木) 時間：10:00~11:00

1年間使用した、千田福社会館の床や、囲碁・将棋盤などの大掃除をします。  
当日、来館された方はご協力をお願いします。



# ☆令和3年度 教室・事業のお知らせ☆

○追加募集事業 (民踊教室9名、詩吟教室9名)

※千田福社会館窓口でお申し込みください。

※各教室では初心者の方でも参加できるよう、講師の先生が丁寧に指導しています。

興味のある教室があれば、まずは見学から始めてみませんか。未経験者大歓迎です!



◆ 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)

事業名	卓球タイム (初心者向け)	卓球開放	卓球サークル (経験者向け)	ネイティブ指導員と 会話しよう!
実施日	原則 月3回 (月2回指導あり)	原則 月3回	原則 木曜日 月3回	原則 第3木曜日 14:00~
レクダンス	活き粋体操だよ! 全員集合!	輪踊り	輪投げ	午後の軽体操
10月から第3水曜日 13:30~15:00	原則 第3木曜日 13:00~13:30	原則 月2回 第1、3金曜日	原則 月1回	14:00~15:30 (表面カレンダーの日付に ◎のついている日)
スカット! ボール	ぬり絵タイム	カラオケ	ラジオ体操	手芸活動
原則 月2回	原則 週1回程度	原則 月3回 14:00~15:30	10:40~10:50 (開館日に実施) ※館内行事により休止あり	14:00~15:30 (活動日は千田福社会館 だよりでご確認ください)