

# 千田福祉会館だより

## 1月号



令和3年12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>



日	月	火	水	木	金	土
<p>2022年もみなさんに楽しんでいただけるよう 職員一同笑顔で頑張ります！色々な事業も行ってまいります！ ぜひ、トラ(虎)イ！してみてください。</p>						<p>1 休館日</p>
2 休館日	3 休館日	<p>4 ▲ぬり絵タイム 10:00 ◇PCサークル 13:30</p>	<p>5 ★ヴォイス&amp;歌 10:00 ★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</p>	<p>6 ▲スカット！ ボール 10:00 ▲カラオケ 14:00</p>	<p>7 ★茶道(自習) 10:00 ★俳句 13:30 ★パソコン 中級者 13:30 ▲輪踊り 13:30</p>	<p>8 ▲卓球タイム 10:00 ●詩吟 13:30</p>
9 休館日	10 休館日	<p>11 ★シニアヨガ グループ1 10:00 グループ2 10:50 ●東京都スマート フォン体験会 13:30 ◇PCサークル 13:30</p>	<p>12 ★ほがらかクラブ 「健康指導」 10:00 ★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</p>	<p>13 ★英会話クラブ 午前クラス10:00 午後クラス13:30 ▲卓球サークル 10:00 ◎午後の軽体操 14:00</p>	<p>14 ▲ぬり絵タイム 10:00 ★シニア体操 10:00 ★パソコン 中級者 13:30 ▲手芸活動 14:00</p>	<p>15 ★書道 10:00 ▲出前刃物砥ぎ 12:30</p>
16 ▲カラオケ 14:00 18時閉館 (お風呂休み)	<p>17 ★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)</p>	<p>18 ▲ぬり絵タイム 10:00 ◇PCサークル 13:30 ◎午後の軽体操 14:00</p>	<p>19 ★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</p>	<p>20 ▲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</p>	<p>21 ★茶道 10:00 ★俳句(自習) 13:30 ▲輪踊り 13:30 ★パソコン 中級者 13:30</p>	<p>22 ▲卓球タイム 10:00 ●詩吟 13:30</p>
23 休館日	<p>24 ★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)</p>	<p>25 ▲ぬり絵タイム 10:00 ◇PCサークル 13:30</p>	<p>26 ★パソコン初級者 午前クラス10:00 午後クラス13:30 ▲輪投げ 13:30</p>	<p>27 ▲卓球サークル 10:00 ▲手芸活動 10:00 ◎午後の軽体操 14:00</p>	<p>28 ▲スカット！ ボール 10:00 ★パソコン 中級者 13:30 ◎午後の軽体操 14:00</p>	<p>29 ★書道(自習) 10:00 ▲カラオケ 14:00</p>
<p>30 ▲卓球タイム 10:00 ▲卓球開放 13:30 18時閉館 (お風呂休み)</p>	<p>31 ★英会話クラブ 午前クラス10:00 午後クラス13:30 ▲健康センター 13:30 ●民踊 (自主練習) 13:30 (お風呂休み)</p>	<p>☆東京都初めてでも安心スマートホン体験会☆</p> <p>講師の方が来て教えてください。 スマートホンを持っていない方、触ってみたい方、 もっと便利に使いたい方、体験会に参加しませんか？</p> <p>日時：1月11日(火) 13:30~16:30 場所：千田福祉会館 洋室 定員：10名 事務所にてお申し込みください。無料です！</p>				

★・・・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)

# ☆カラオケ☆

○1月6日(木)・16日(日)・29日(土) 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☆

○1月13日(木)・17日(月)・18日(火)・24日(月)・27日(木)・28日(金)

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 ※12月25日(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) → 3つのうち1つの事業に参加してください。

卓球開放 (各回、20名程度)

○卓球サークル 1月 13日(木)・20日(木)・27日(木) → 10:00～11:30

○卓球タイム 1月 8日(土)・22日(土)・30日(日) → 10:00～11:30

○卓球開放 1月 5日(水)・12日(水)・30日(日) → 13:30～15:00

※当月内での卓球の事業変更はできません。



# ☆健康センター☆ テーマ：「今からできる頻尿予防と便通解消」

○1月31日(月) 時間：13:30～14:30 場所：洋室

講師：株式会社フォーラル(すずかぜ薬局)

気になる症状を改善して、快適な生活をおくるヒントを学びましょう



# ☆令和4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7名)

※千田福祉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 (活動日は千田福祉会館 だよりでご確認ください)