

千田福祉会館だより

7月号



令和4年6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
千田福祉会館は、7月1日(金)～9月30日(金)まで、高齢者の猛暑一時休憩所となります。こまめな水分補給を行って熱中症にならないように気をつけましょう。					1 ●茶道 10:00 ★俳句 13:30 ▲輪踊り 13:30	2 ●書道 10:00 ▲出前刃物砥ぎ 12:30
☆七夕飾り制作期間☆						
短冊に願いを書いて飾りましょう。 6月29日(水)～7月7日(木)						
3	4	5	6	7	8	9
▲卓球開放 13:30 18時閉館 (お風呂休み)	▲英会話クラブ 10:30 ●民踊 (自主練習) 13:30 (お風呂休み)	▲ぬり絵タイム 10:00 ◇PCサークル 13:30 ●午後の軽体操 14:00	★ヴォイス&歌 10:00 ▲スカット! ポール 13:30 ▲カラオケ 14:00	▲卓球サークル 10:00 ●午後の軽体操 14:00	●シニア体操 グループ1 10:00 グループ2 10:50 ▲手芸活動 14:00	▲卓球タイム 10:00 ●詩吟 13:30
10	11	12	13	14	15	16
休館日	▲カラオケ 10:00 ●民踊 (自主練習) 13:30 ▲手芸活動 14:00 (お風呂休み)	●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	▲ほがらかクラブ 健康指導 「軽度認知症 について」 10:00 ★パソコン 基礎クラス 14:00	▲卓球サークル 10:00 ●午後の軽体操 14:00	●茶道(自習) 10:00 ★俳句(自習) 13:30 ▲輪踊り 13:30	●書道(自習) 10:00 ▲ぬり絵タイム 10:00
17	18	19	20	21	22	23
▲卓球開放 13:30 18時閉館 (お風呂休み)	海の日	▲いらすとクラブ 10:00 ◇PCサークル 13:30 ▲手芸活動 14:00	▲ぬり絵タイム 10:00 ▲輪投げ 13:30	▲卓球サークル 10:00 ▲KOTO 活き粋体操 13:00 ●民踊 13:30 ▲英会話クラブ 14:00	▲カラオケ 10:00 ●午後の軽体操 14:00	▲卓球タイム 10:00 ●詩吟 「温習会」 13:00 集合 13:30 開演
24	25	26	27	28	29	30
休館日	●民踊 (自主練習) 13:30 ▲健康センター 「早めに知ろう! 血管年齢」 13:30 ▲手芸活動 14:00 (お風呂休み)	▲スカット! ポール 10:00 ◇PCサークル 13:30 ●午後の軽体操 14:00	▲スカット! ポール 10:00 ★パソコン 基礎クラス 14:00	▲ぬり絵タイム 10:00 ●お役立ち交流会 「認知症サポーター 養成講座」 13:30	●午後の軽体操 14:00	▲卓球タイム 10:00
31	☆温習会(詩吟発表会)☆					
▲卓球開放 13:30 18時閉館 (お風呂休み)	○7月23日(土)の温習会は詩吟教室の会員の方のみで開催させていただきます。観覧はできませんので、ご了承ください。					
	★・・・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☆

○シニア体操 7月8日(金) ○シニアヨガ 7月12日(火)
 ※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
 6/27(月)より受付開始

☆長寿サポートセンターお役立ち交流会『認知症サポーター養成講座』☆

○認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かい目で
 見守る「応援者」になりませんか。
 日時：7月28日(木) 13:30～14:30 場所：洋室 定員：20名

申込受付期間
 6/27(月)～7/28(木)
 20名先着順

☆午後の軽体操☆

○7月5日(火)・7日(木)・14日(木)・22日(金)・26日(火)・29日(金)
 時間：14:00～15:30 場所：洋室
 軽体操の予約は お一人様月3回 定員：25名

事前申込制
 6/25(土)より受付開始

☆7月の健康講座について☆

○7月13日(水) ほがらかクラブ「軽度認知症について」北原看護師
 … 認知症について学びましょう
 ○7月25日(月) 健康センター 「早めに知ろう！血管年齢」…血管年齢を測定できます。

☆令和4年度 教室・事業のお知らせ☆

○ヴォイストレーニング&歌 講師：岩淵 みわ先生
 後期(10/5～)に7名欠員がありますので募集いたします。
 ※千田福祉会館窓口でお申し込みください。
 ※ヴォイストレーニング&歌・前期に参加された方は、後期にはご参加頂けません。
 ※定員を超える応募があった場合は抽選とさせていただきます。
 ※抽選結果は9月5日(月)に廊下に掲示します。

申込期間
 6/25(土)～8/31(水)
 当選発表9/5(月)

○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。）
 民謡教室13名、茶道教室4名、詩吟教室6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）

事業名 実施日	卓球タイム (初心者向け) 原則 月3回 (月2回指導あり)	卓球開放 原則 月3回	卓球サークル (経験者向け) 原則 木曜日 月3回	英会話クラブ 原則 第1月曜日 第3木曜日
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1回	午後の軽体操 14:00～15:30
スカット！ボール 原則 月2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 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 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)