

日時：令和8年11月8日(日)

10:00～15:30

会場：江東区総合区民センター

～はつらつ人生 いきいきしてます～

参加

無料！

第26回

悠々フェスティバル

江東区福祉会館
マスコットキャラクター
さざんかちゃん

3階 第1研修室

理学療法士によるフレイル予防講座(座学)

①膝(ひざ)痛予防と改善：10:30～11:45

②腰(よう)痛予防と改善：13:00～14:15

●受付開始：①10:00～、②12:30～

●先着順：定員各20名

(定員になり次第受付終了)

2階 レクホール

①開会式 10:00～

②シニアヨガ 10:30～

③うたの広場 13:00～

④輪踊り 14:15～

⑤閉会式 15:15～

2階 受付

●アンケートに答えて
景品をゲット！

6階 休憩所

誰でも利用できるよ

休憩中

2階 展示ホール

10:30～15:00

【①～③は10:00受付開始】

①e-スポーツ

②軽スポーツ Baggo(バグゴ-)

③ちぎり絵体験

④作品展示(折り紙、書道、
パステルアートなど)

2階 るーくる西大島

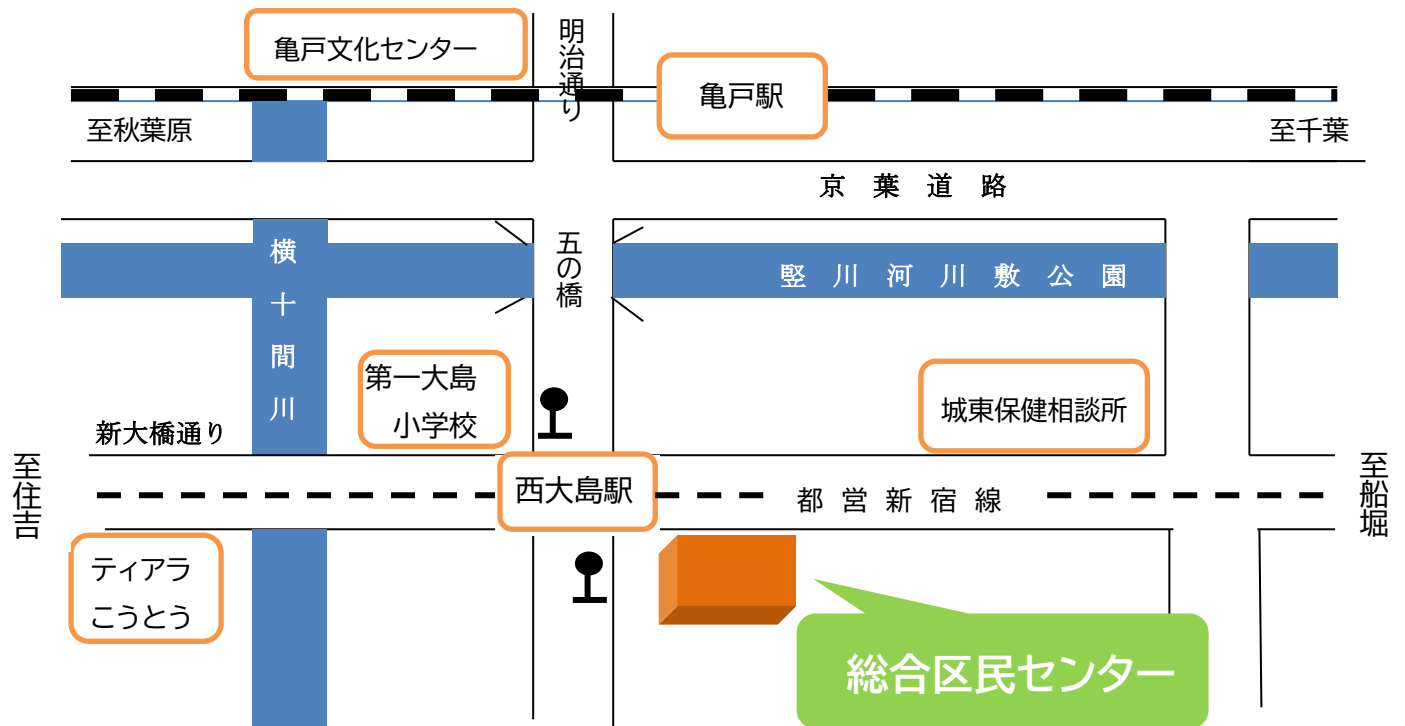
10:00～16:00

●喫茶・軽食が利用できます

主催：江東区福祉会館

お問合せ：東陽福祉会館：03-3647-8180、亀戸福祉会館：03-3685-8208

〔悠々フェスティバル(総合区民センター)会場案内〕



交通案内

- 都営新宿線 「西大島駅」下車 A4出口より徒歩1分
- 都バス利用 (いずれも西大島駅下車徒歩1分)
- 都07 錦糸町駅～(亀戸駅通り・境川)～門前仲町
- 亀23 亀戸駅～(北砂五丁目団地)～江東高齢者医療センター
- 亀24 亀戸駅～(大島駅)～葛西橋
- 亀29 亀戸駅～(境川・西葛西駅)～なぎさニュータウン
- 錦28 東大島駅～(東砂団地・住吉駅)～錦糸町駅
- 草24 東大島駅～(亀戸駅・横川橋)～浅草寿町
- 両28 葛西橋～(錦糸町駅)～両国駅

〔福社会館のご案内〕

施設名	所在地	電話番号	FAX番号
古石場福社会館	古石場1-11-11 (改修工事のため休館)	080-9036-1394	3647-1941
塩浜福社会館	塩浜2-5-20	3647-3901	3647-1941
千田福社会館	千田21-18	3647-0108	3647-0109
東陽福社会館	東陽6-2-17	3647-8180	3647-8129
亀戸福社会館	亀戸1-24-6	3685-8208	3683-4851
大島福社会館	大島4-5-1	3637-2581	3637-2881
東砂福社会館	東砂7-15-3	3646-0461	3648-9247