

千田福祉会館だより

1月号



KOTO City in TOKYO
スポーツと人情が熱いまち 江東区



平成29年12月22日発行

千田福祉会館

住所：江東区千田2-1-18

電話：(3647) 0108

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〉

<http://www.mommy-senda.com>

飛ぶ西を落とす勢いで一年が経ち、我たちが駆け回るような一年を迎えようとしています。冬の寒さを感じる日々が多くなりましたが、千田福祉会館で過ごして温まりましょう。2017年もありがとうございました。2018年も千田福祉会館は、皆さまをお待ちしております。

1月の予定

★・・・申し込み終了

●・・・参加者募集中

▲・・・当日自由参加できます

■・・・自主活動サークル（見学可能です）

日	月	火	水	木	金	土
	1 休館日 元旦	2 休館日	3 休館日	◎ 4	5 ●茶道（自習） 10:00 ★俳句 12:00 ★パソコン入門 13:30	6 ★書道（自習） 10:00 ▲出前刃物砥ぎ 12:30 ▲新春お祝い会 14:00
7 18時 閉館 （お風呂休み）	8 休館日 成人の日	9 ●謡曲 9:30 ★パソコン サークル 13:30	10 ●ほがらかクラブ 「健康指導」 10:00 ▲レクダンス 13:30 ▲学童クラブ 交流 14:30	11 ▲卓球 サークル 10:00 ■囲碁サークル 13:00	12 ★シニア体操 10:00 ▲スカット！ ポール 13:30 ★パソコン入門 13:30	13 ▲卓球タイム 10:00 ▲手芸活動 13:30 ●詩吟 13:30
14 休館日	◎ 15 ●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）	16 ●謡曲 9:30 ★パソコン サークル 13:30 ▲英語の先生 （ジェイムスさん） と遊ぼう 14:00	17 ●ほがらかクラブ 「3B体操」 10:00 ★インターネット タイムBクラス 13:30	18 ■囲碁サークル 13:00 ▲活き粋体操 だよ！ 全員集合 13:30	19 ●茶道 10:00 ★俳句（自習） 13:30 ▲手芸活動 13:30 ★パソコン入門 13:30	◎ 20 ★書道 10:00 ▲折り紙交流 14:00
21 ●謡曲 13:30 18時 閉館 （お風呂休み）	22 ●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）	◎ 23 ★パソコン サークル 13:30	24 ●ほがらかクラブ 「レクリエーション」 10:00 ★インターネット タイムAクラス 13:30	◎ 25 ▲卓球 サークル 10:00 ■囲碁サークル 13:00	26 ▲スカット！ ポール 10:00 ▲手芸活動 13:30 ★パソコン入門 13:30	27 ▲卓球タイム 10:00 ●詩吟 13:30
28 休館日	29 ●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）	◎ 30 ★パソコン サークル 13:30	31 ●ほがらかクラブ 「健口体操・歌」 10:00 ▲輪投げ 13:30			

千田児童館・千田学童クラブ交流

○千田学童クラブ交流 1月10日（水）14:30～15:30（1階 福祉会館）

○児童館 折り紙交流 1月20日（土）14:00～15:00（2階 児童館）

※学童クラブ交流では将棋と昔遊びをします。折り紙交流は、子どもたちと一緒に楽しみましょう！



☆ 午後の軽体操 ☆



◎1月の活動日は下記のとおりです。※参加自由（表面カレンダーの日付に◎が付いている日）
4日（木）、15日（月）、20日（土）、23日（火）、25日（木）、30日（火）
（1月中 全6回）

※14：00から活動します。部屋は日によって異なりますので、当日ご確認ください。

こどもたちと遊ぼう！「新春お祝い会」



○新春お祝い会（千田児童館のこどもたち）

1月6日（土） 14：00～15：00 場所：和室（大）

「すごろく & 福笑い大会」

こどもたちと一緒に、すごろく & 福笑いに挑戦！新年初笑いに、正月あそびをしましょう。

健康センター

○1月29日（月） 13：30～14：30 場所：洋室

講師：株式会社フォーラル（すすかぜ薬局）

テーマ：「かくれ脱水と頻尿の予防。足のつりは大丈夫？」

寒くなると体にも様々な影響があります！

トイレが近くなったり、乾燥したり、足がつったり・・・。

まだ続く冬を、健康に過ごすためのお話を聞きましょう！



ほがらかクラブ 参加者10名募集中！！

介護予防のグループ活動「ほがらかクラブ」は・・・

体操やレクリエーションなど色んなジャンルの講師を招いた講座です。

心と体、頭の健康を向上していくために、ぜひ一緒にクラブ活動をしてみましょう！

見学からの参加も可能です。※1月の活動場所は、洋室です。

○1月10日（水） 10：00～11：30 「健康・栄養指導」

1月17日（水） 10：00～11：30 「3B体操」

1月24日（水） 10：00～11：30 「レクリエーション」

1月31日（水） 10：00～11：30 「健口体操・歌」

※下の欄内の教室も参加者募集しています！！



平成29年度 教室・事業のお知らせ

○現在募集中の教室・事業

詩吟教室 7名、謡曲教室 7名、茶道教室 3名、民謡教室 2名、英会話クラブ（午前）2名



○自由参加（表面のカレンダーを確認のうえ、ご来館ください）

事業名	実施日
卓球サークル（経験者向け）	原則 第 2・4 木曜日 10：00～11：30
卓球タイム（初心者向け）	原則 第 2・4 土曜日 10：00～11：30
レクダンス	原則 第 2 水曜日 13：30～15：00
輪投げ	月1回（千田福祉会館だよりでご確認ください）
ラジオ体操	10：40～10：50（開館日に実施 ※館内行事により休む場合あり）
午後の軽体操	14：00～15：00（カレンダーの日付に◎のついている日）