

千田福祉会館だより

4月号



令和7年3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>



吹く風も春めいてまいりました。令和7年度も千田福祉会館でゆったり、楽しい時間をお過ごしください。毎日いろいろな事業を用意して皆さんのお越しをお待ちしています。

日	月	火	水	木	金	土	
<div style="border: 1px dashed green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ★・・・定員に達しました ●・・・申込制 ▲・・・当日自由参加できます ◇・・・会員制 </div>		1 ▲スカット! ボール 10:00	2 ★ヴォイストレー ニング&歌 10:00 ▲利用者懇談会 13:30 ▲パソコン初心者 14:00	3 ▲オセロタイム 10:00 ▲手芸活動 14:00	4 ▲ぬり絵タイム 10:00 ●茶道 10:00 ●俳句 13:30 ▲輪踊り 13:30	5 ▲卓球タイム (初心者) 10:00 ★書道 13:30	
6 ▲将棋例会 10:00 ▲卓球開放 13:30 18時閉館 (お風呂休み)	7 ▲なないろプログラム 英会話 初級10:20 中級11:10 ▲オセロタイム 10:00 ●民踊 (自主練習) 14:00 (お風呂休み)	8 ●シニアヨガ グループ1 10:00 グループ2 10:50 ▲なないろプログラム 男の筋力 トレーニング 申込不要 13:30	9 ▲ぬり絵タイム 10:00 ▲カラオケ 14:00	10 ▲卓球サークル (経験者) 10:00 ★ハワイアンフラ 10:30 ●民踊 13:30 ▲手芸活動 14:00	11 ●シニア体操 グループ1 10:00 グループ2 10:50	12 ▲輪投げ 10:00 ●詩吟 13:30	
13 申込制です! 詳しくは裏面を ご覧ください。	14 ▲ぬり絵タイム 10:00 ▲卓球開放 13:30 ▲手芸活動 14:00 ●民踊 (自主練習) 14:00 (お風呂休み)	15 ▲いらすとクラブ 10:00 ●なないろプログラム 筋力トレーニング グループ1 13:30 グループ2 14:15	16 ▲ほがらかクラブ 転倒予防 10:00 ▲パソコン初心者 14:00	17 ▲卓球サークル (経験者) 10:00 ▲なないろプログラム 英会話 初級10:20 中級11:10 ▲KOTO活き粋体操 13:00	18 ●茶道 (自主練習) 10:00 ●俳句 13:30 ▲輪踊り 13:30	19 ▲卓球タイム (初心者) 10:00 ★書道 (自主練習) 13:30	
20 ▲ぬり絵タイム 13:30 ▲卓球開放 13:30 18時閉館 (お風呂休み)	21 ●春の歩行会 9:45集合 12:00解散 事前申込制 ▲手芸活動 14:00 ●民踊 (自主練習) 14:00 (お風呂休み)	22 ▲輪投げ 10:00 ●なないろプログラム 筋力トレーニング グループ1 13:30 グループ2 14:15	23 ▲ほがらかクラブ 健康指導 10:00 ▲カラオケ 14:00	24 ▲卓球サークル (経験者) 10:00 ★ハワイアンフラ 10:30 ▲くつろぎカフェ 13:30	25 ▲スカット! ボール 10:00	26 ▲卓球タイム (初心者) 10:00 ●詩吟 13:30	
27 申込制です! 詳しくは裏面を ご覧ください。	28 ▲いらすとクラブ 10:00 ●民踊 (自主練習) 14:00 (お風呂休み)	29 申込制です! 詳しくは裏面を ご覧ください。	30 ▲ぬり絵タイム 10:00 ▲パソコン初心者 14:00	<div style="border: 1px solid pink; padding: 10px; text-align: center;"> ☆利用者懇談会について☆ 今年度の福祉会館で行われる事業の説明や 職員紹介を行います。皆様お誘い合わせ でご参加ください。 日時：4月2日(水) 13:30~14:00 場所：和室大 </div>			

☆春の歩行会『深川江戸資料館』☆

○バスに乗って深川江戸資料館へ行きます。江戸時代へのタイムスリップを楽しみましょう。

昼食をとる場所がないので、12時には福祉会館に帰って来ます。小雨決行です。

日時： 4月21日(月) 9:45~12:00

定員： 25名(申込制、先着順)

持ち物：観覧料300円(当日集金いたします)、保険証・水筒・雨具・各自必要だと思うもの
バス代(シルバーパスをお持ちの方は持参してください。)

※受付にて参加申込書に緊急連絡先のご記入をお願いします。

※当日は、動きやすい服装と履きなれた靴でご参加ください。

☆シニアヨガ・シニア体操☆

○シニアヨガ 4月8日(火) ○シニア体操 4月11日(金)

グループ1 10:00~・グループ2 10:50~

場所：洋室 定員：各回30名(申込制、先着順)

※シニアヨガでは手ぬぐいを使用します。 ※各講座とも2部入れ替え制で実施します。

事前申込制

3/25(火)より受付開始

なないろプログラム☆筋力トレーニング☆

○介護予防運動指導員資格を持つ講師が、転倒防止、尿失禁予防のトレーニングとストレッチを行います。

4月は2日間おこないます。両日参加できます。

日時：4月15日(火)・22日(火)

グループ1 13:30~・グループ2 14:15~ ※2部入れ替え制です。

場所：洋室 定員：各回30名(申込制、先着順)

事前申込制

3/25(火)より受付開始

☆令和7年度事業申込のお知らせ☆

○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。受付にてお申込みください。

詩吟 12名、俳句 12名、民謡 11名、茶道 1名、ヴォイストレーニング&歌 1名

※書道教室とハワイアンフラは定員に達したため、締め切りました。

☆4月のほがらかクラブについて☆

日にち	講座	講師	時間	人数
16日(水)	転倒予防	上野 幸先生	10時~11時30分	先着30名
23日(水)	健康指導	北原看護師	10時~11時30分	先着30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）

オセロタイム 月2回程度	卓球タイム (初心者向け) 月3回	卓球開放 月3回	卓球サークル (経験者向け) 木曜日 月3回	なないろプログラム 英会話 第1月曜日 初級10:20/中級11:10 第3木曜日 初級10:20/中級11:10
※卓球は月内は3種のうち1つ選んでご参加下さい。月が代われば変更可能です。※各回20名程度				
いらすとクラブ 月2回	KOTO活き粋体操 第3木曜日 13:00~13:30	輪踊り 月2回 第1、3金曜日	輪投げ 月2回	パソコン初心者 隔週水曜日
スカット!ボール 月2回	ぬり絵タイム 週1回程度	カラオケ 月2回	ラジオ体操 毎日 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 週1回程度 14:00~15:30 (活動日は千田福祉会館 たよりでご確認ください)