

亀戸福祉会館のお知らせ 8月号

2024年7月25日発行



指定管理者：社会福祉法人 奉優会
 〒136-0071 江東区亀戸1-24-6
 電話：03-3685-8208 FAX：03-3683-4851
<https://www.foryou.or.jp/facility/kameidofukushi/>



日	月	火	水	木	金	土
 <p>おしせ 脳トレチャレンジ問題 問題配布 8月 5日(月) ~ 解答配布 8月13日(火) ~</p> <p>看 看護師による健康相談がある日です。</p>				1	2	3
<p>◆会員制 ●申込制 ▲自由参加</p>				 <p>看</p>	<p>●おもしろクラブ ボイストレーニング&うた 13:30-15:00</p>	<p>▲備えて安心 健康サロン 13:30-15:00</p> <p>看</p>
4	5	6	7	8	9	10
<p>◆亀福囲碁 研修大会 10:00-16:00</p>	<p>●初心者卓球 10:00-11:30 ▲卓球フリー 13:00-15:00</p> <p>お風呂休み</p>	<p>◆卓球A 10:00-11:30 ▲亀福シニア ヨガ 11:00-12:00 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ◆民謡自主練習 13:30-15:00</p>	<p>●心が整う ぬりえ 13:30-15:00</p>	<p>▲楊名時太極拳 10:00-11:30</p> <p>●スクラッチ アートA(抽選) 13:30-15:00</p> <p>看</p>	<p>●おもしろクラブ 健康である ために 13:30-15:00</p>	<p>◆初心者囲碁 クラブ 13:30-16:00 ▲脳トレ体操 13:30-14:30</p> <p>看</p>
11	12	13	14	15	16	17
休館日	休館日	<p>◆卓球B 10:00-11:30 ◆茶道サークル 10:00-11:30 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ◆民謡自主練習 13:30-15:00 ▲ハトバロ 落語会 14:00-15:00</p>	<p>▲輪踊り 13:30-15:00 ●歌声喫茶 14:00-15:00</p> <p>看</p>	 <p>看</p>	<p>●おもしろクラブ 音楽健康レク リエーション 13:30-15:00</p>	<p>▲新聞ちぎり 絵サロン 13:30-15:00</p> <p>看</p>
18	19	20	21	22	23	24
	<p>●初心者卓球 10:00-11:30 ▲卓球フリー 13:00-15:00</p> <p>お風呂休み</p>	<p>◆卓球A 10:00-11:30 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ◆民謡自主練習 13:30-15:00 ▲おりがみ サロン 13:30-15:00</p>	<p>●スクラッチ アートB(抽選) 13:30-15:00</p>	<p>●俳句カフェ 11:00-12:30</p> <p>●心が整う ぬりえ 13:30-15:00</p> <p>看</p>	<p>●おもしろクラブ 介護予防体操 13:30-15:00</p>	<p>▲パソコン クラブ 10:00-11:30 ◆詩吟教室 13:30-15:00</p> <p>看</p> <p>※お便り発行日</p>
25	26	27	28	29	30	31
休館日	<p>●いきいき脳活 倶楽部 10:00-11:00 ●卓球入門 10:00-11:30 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ▲脳トレ体操 13:30-14:30</p> <p>お風呂休み</p>	<p>◆卓球B 10:00-11:30 ◆茶道サークル 10:00-11:30 ▲亀福シニアヨガ 11:00-12:00 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ◆民謡自主練習 13:30-15:00</p>	<p>▲活き粋体操 だよ! 全員集合 13:00-13:40 ▲輪投げ 14:00-15:00</p>	<p>▲健康教育教室 「お口の健康に ついて」 13:30-14:30</p> <p>看</p>	<p>●おもしろクラブ リハビリテー ションam活動 10:00-11:00</p>	 <p>看</p>

【申込制(先着)の講座】※7月25日(木) 9時～ 窓口または電話でお申込みください。

心が整うぬりえ

日時：8月7日(水)・22日(木)
13:30～15:00

場所：1階 多目的室
定員：20名(先着)

※ぬりえに集中することで、心が「整い」ます。
※色鉛筆をご用意しています。



歌声喫茶

日時：8月14日(水)
14:00～15:00

講師：坂巻氏、鈴木氏
場所：1階 多目的室

定員：30名
※なつかしい歌をみんなで歌いましょう！♪



俳句カフェ

日時：8月22日(木)
11:00～12:30

講師：英喜さん

場所：2階 和室大
定員：5名

※気軽に「俳句」について学びます！
俳句に興味がある方は是非ご参加ください！



いきいき脳活倶楽部

日時：8月26日(月)
10:00～11:00

講師：本多 慶吉 先生

場所：2階 和室大
定員：16名

※椅子に座って体操やボールを使って脳トレや
楽しいゲームを行います！



初心者卓球

日時：8月5日・19日(月)
10:00～11:30

講師：湯浅コーチ

場所：1階 多目的室
定員：10名

※ラリーが出来る方向けの講座です。



卓球入門

日時：8月26日(月)
10:00～11:30

講師：湯浅コーチ

場所：1階 多目的室
定員：8名

※ラケットの持ち方、立ち方から習います。



介護予防事業(先着)※7月25日(木) 9時～ 窓口または電話でお申込みください。

おもしろクラブ

ボイストレーニング&うた

日時：8月2日(金)
13:30～15:00

講師：岩淵 みわ先生

場所：1階 多目的室
定員：35名



おもしろクラブ

健康であるために

日時：8月9日(金)
13:30～15:00

講師：北原 千壽子看護師

場所：1階 多目的室
定員：25名



おもしろクラブ

音楽健康レクリエーション

日時：8月16日(金)
13:30～15:00

講師：松島 明子先生

場所：1階 多目的室
定員：30名



おもしろクラブ

介護予防体操

日時：8月23日(金)
13:30～15:00

講師：森山 由起子先生

場所：1階 多目的室
定員：30名



おもしろクラブ

リハビリテーション★am活動

日時：8月30日(金)
10:00～11:00

講師：篠田 雄一先生

場所：1階 多目的室
定員：25名

※時間が午前中なので、お間違いなく。

スクラッチアートA・B

日時：A：8月8日(木)・B：21日(水)
ABともに 13:30～15:00

場所：2階 和室小

定員：各5名

申込：7月25日(木)～30日(火)

当選連絡：8月1日(木)～

当選者のみに電話連絡します。

抽選



亀戸福祉会館のマスコットキャラクター

「名前」が決まりました！！

たくさんのご応募
ありがとうございました!(^^)!

K(ケー)くん!
です♥



卓球フリー

日時：8月5日・19日・26日（月）
8月6日・13日・20日・27日（火）
13:00～15:00
場所：1階 多目的室
※自由に卓球を楽しんでいただけます！



亀福シニアヨガ

日時：8月6日・27日（火）
11:00～12:00
場所：2階 和室大
講師：君塚昌代先生
※椅子に座って行うヨガです！



亀福体操

日時：月～土曜日
13:00～13:20
場所：2階 ラウンジ
※ラジオ体操第1・2、
水彩音頭を行います！
※江東活き粋体操の日(8/28)は
お休みです。



脳トレ体操

日時：8月10日（土）・26日（月）
13:30～14:30
場所：2階 和室大
講師：弦巻職員
※椅子に座って行う軽い体操、
楽しい脳トレを行います！



輪踊り

日時：8月14日（水）
13:30～15:00
場所：2階 和室大
講師：新林氏&フレンズ
※楽しく皆さんで踊りましょう！



楊名時太極拳

日時：8月8日（木）
10:00～11:30
場所：2階 和室大
講師：藤崎 優 先生
※丁寧に先生が教えてくれます！



おりがみサロン

日時：8月20日（火）
13:30～15:00
場所：2階 和室小
講師：福祉会館職員



※リースと金魚を作りましょう！

パソコンクラブ

日時：8月24日（土）
10:00～11:30
場所：1階 多目的室
講師：大串氏
※先生がわからないところを教えてください！
※ご自分のパソコン、タブレット等お持ちください。



江東活き粋体操だよ！全員集合

日時：8月28日（水）
13:00～13:40
場所：2階 和室大
講師：介護予防リーダーの皆さん
※介護予防リーダーの方の体操、筋力トレーニング、水彩音頭を行います！



輪投げの集い

日時：8月28日（水）
14:00～15:00
場所：2階 和室大
※お一人2セット、上位者にはお楽しみも♪



ハトベロ落語会

日時：8月13日（水）
14:00～15:00
場所：ラウンジ
出演：ハトベロさん
ハトベロさんはデイサービスや老人ホームで落語を披露したり、落語勉強会を開催して幅広く活動されている方です。



NEW 備えて安心健康サロン

日時：8月3日（土）
13:30～14:30・14:30～15:00
場所：和室大 体力測定
講師：土井看護師
※「転ばぬ先の〇〇」
転倒予防に貯筋をしよう！



新聞ちぎり絵サロン

日時：8月17日（土）
13:30～15:00
場所：和室小
持ち物：ピンセット
（持ってる方）
※新聞をちぎって絵を作成してみませんか！



健康教育教室 お口の健康について

日時：8月29日（木）
13:30～14:30
場所：和室大
講師：城東保健相談所 歯科衛生士
※お口の中をきれいにすることが大切です。



9月5日(木)からスタートします! 第1・3木曜日(R7年3月末まで)全13回

時間:10:00-11:30

定員:18名(定員を超えた場合、抽選となります)

講師:斉藤 詩香先生(草月流)

場所:1階 多目的室

費用:花代 10,500円(9月～12月分を前払いいただきます)

1回あたり1,000円(お正月用のお花代:3,500円)



※令和7年1月～3月のお花代は12月中にお支払いいただきます。

持ち物:剣山・はさみ・水切りボール・筆記用具・雑巾・お花を持ち帰る袋など

※花器は福祉会館で用意いたします。

申込みは、7月25日(木)～31日(水)電話または来館(抽選となります)

8月5日(月)より当選者のみ電話連絡致します(館内掲示あり)

生花教室開始:9月5日(木)から

お花代お支払い期間:8月5日(月)～8月31日(土)

おいせ 「詩吟教室」の募集について

8月24日(土)からスタートします! 第4土曜日(R7年3月末まで)

時間:13:30-15:00

講師:飯塚 岳影先生・豊田 岳京先生

場所:1階 多目的室 申込:7月25日(木)～

看護師による健康相談

8月1日(木) 3日(土) 8日(木) 10日(土) 14日(水) 15日(木) 17日(土)
22日(木) 24日(土) 29日(木) 31日(土) 10時～12時、13時～15時 に行っています。

※どんな内容でもご相談させていただきます。お気軽にお越しください。

※個別相談希望の方は場所の都合により事前に予約を承りますので、ご連絡お願いいたします。



お風呂

火曜～土曜日 11:00～15:00にご利用いただけます。(日・祝日・月曜日はお休みです)

※毎週金曜日14:00～15:00は介助入浴(予約制)となります。

※受付は10:45～です。

※石鹸(ボディソープ)やシャンプー・リンス、タオルはご持参ください。



交通案内

JR総武線「亀戸駅」徒歩6分
都営新宿線「西大島駅」徒歩10分
都バス(都07・亀29・亀24・錦27)
「亀戸駅通り」徒歩4分



施設案内

開館時間

月～土 9:00～19:00(個人利用)

日・こどもの日・敬老の日 9:00～18:00

休館日:第2・4日曜日、国民の休日、年末年始

(こどもの日・敬老の日は開館)

