

亀戸福祉会館のお知らせ

5 月号



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>◆会員制 ●申込制 ▲自由参加</p>	<p>おひせ 脳トレチャレンジ問題</p> <p>問題配布 5月 5日(月) ~ 解答配布 5月 12日(月) ~</p> <p>看 看護師による健康相談がある日</p>			<p>1</p> <p>▲俳句カフェ 11:00-12:30</p> <p>▲GW映画祭り!! 1, 2日 13:30-15:00</p>	<p>2</p> <p>菖蒲湯</p>	<p>3</p> <p>魔法記念の日 休館日</p>
<p>4</p> <p>みどりの日 休館日</p>	<p>5 看</p> <p>▲卓球フリー 13:00-15:00 ▲こいのぼり 工作 13:30-15:00</p> <p>こどもの日 お風呂休み</p>	<p>6</p> <p>振替休日 休館日</p>	<p>7</p> <p>●スクラッチ アートA 13:30-15:00 ●歌声喫茶 14:00-15:00</p>	<p>8 看</p> <p>▲楊名時太極拳 10:00-11:30 ◆生花教室 10:00-11:30 ▲俳句カフェ 11:00-12:30 ●おりがみ 「ふじの会」 13:30-15:00 ◆民舞教室 13:30-15:00</p>	<p>9</p> <p>●おもしろ クラブ リズム体操 13:30-14:30</p>	<p>10 看</p> <p>▲パソコン クラブ 10:00-11:30 ▲初心者囲碁 クラブ 13:30-16:00</p>
<p>11</p> <p>休館日</p>	<p>12 看</p> <p>●卓球入門 10:00-11:30 ▲卓球フリー 13:00-15:00</p> <p>お風呂休み</p>	<p>13 看</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>14</p> <p>▲輪踊り 13:30-15:00 ▲心が整う ぬりえA 13:30-15:00</p>	<p>15</p> <p>▲俳句カフェ 11:00-12:30 ▲新聞ちぎり絵 13:30-15:00</p>	<p>16</p>	<p>17 看</p> <p>▲体力測定 イベント 13:30-15:00</p>
<p>18</p> <p>▲卓球フリー 13:00-15:00</p> <p>お風呂休み</p>	<p>19 看</p> <p>●初心者卓球 10:00-11:30 ●いきいき 脳活倶楽部 10:00-11:00 ▲卓球フリー 13:00-15:00</p> <p>お風呂休み</p>	<p>20</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</p>	<p>21 看</p> <p>▲のぞみ薬局 出前講座 13:30-14:10</p>	<p>22 看</p> <p>◆生花教室 10:00-11:30 ▲俳句カフェ 11:00-12:30 ▲うたの広場 13:30-14:30 ●スクラッチ アートB 13:30-15:00</p>	<p>23</p> <p>●おもしろ クラブ 介護予防体操 13:30-15:00</p>	<p>24 看</p> <p>▲パソコン クラブ 10:00-11:30 ◆詩吟教室 13:30-15:00</p> <p>※お知らせ 発行日</p>
<p>25</p> <p>休館日</p>	<p>26 看</p> <p>●卓球入門 10:00-11:30 ▲卓球フリー 13:00-15:00</p> <p>お風呂休み</p>	<p>27 看</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>28</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>29 看</p> <p>▲俳句カフェ 11:00-12:30 ▲心が整う ぬりえB 13:30-15:00</p>	<p>30 看</p> <p>▲くらしケア クリニック お医者さん のお話 13:30-14:30</p>	<p>31 看</p> <p>▲亀福シネマ 13:30-15:00</p>

●【申込制(先着)の講座】※4月25日(火) 9時～窓口または電話でお申込みください。

歌声喫茶

日時：5月7日(水)
14:00～15:00
講師：坂巻氏、鈴木氏
場所：1階 多目的室
定員：35名
※なつかしい歌をみんなで歌いましょう！♪



スクラッチアートA・B

日時：A：5月7日(水)・B：22日(木)
ABともに 13:30～15:00
場所：2階 和室小
定員：各5名
※印刷された線をなぞると、色や柄が出てきます。削って楽しい癒しの時間
★申込はA・Bいづれかの日のみとなります



おりがみ 「ふじの会」

日時：5月8日(木)
13:30～15:00
場所：1階 多目的室
講師：田中宏先生、好子先生
定員：20名
※「兜とこいのぼり」を作しましょう



卓球入門(ラケットの握り方から学ぶクラスです)

日時：5月12日(月)・26日(月)
10:00～11:30
講師：湯浅氏
場所：1階 多目的室
定員：8名
★初心者卓球は申込みできません



初心者卓球(ラリーが続く方のクラスです)

日時：5月19日(月)
10:00～11:30
講師：湯浅氏
場所：1階 多目的室
定員：10名
★卓球入門は申込みできません



いきいき脳活倶楽部

日時：5月19日(月)
10:00～11:00
講師：本多 慶吉先生
場所：2階 和室大
定員：20名
※椅子に座って体操やボールを使って脳トレやゲームを行います！



おらせ

眼鏡のご用意をお願いします!!

下記講座にご参加の際は、度が合わない、かけづらい等のご意見を頂きますので**使い慣れた眼鏡を持参**して頂く事をお勧め致します。

- ・ぬりえ
- ・スクラッチアート
- ・新聞ちぎり絵
- ・おりがみ



おねがい



★申込講座(先着)、介護予防事業(先着)に
お申込をされた講座を**キャンセル**される場合
必ずお電話にてご連絡下さい。

●介護予防事業(先着)※4月25日(火) 9時～ 窓口または電話でお申込みください。

★おもしろクラブは**途中入場**は出来ません。**5分前**には**着席**をお願いします。

おもしろクラブ

リズム体操

日時：5月9日(金)
13:30～14:30
講師：打越 麻里子先生
場所：1階 多目的室
定員：30名
※ベルを使用して、ストレッチ体操を行います



おもしろクラブ

介護予防体操

日時：5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
※椅子に座って、上半身と下半身をしっかりと動かします
脳トレも取り入れており、脳の活性化にも繋がります



▲【自由参加の講座】※申込不要です。開始5分前には集合をお願いします。

★体力測定イベント★

日時：5月17日(土) 13:30～15:00
場所：1階 多目的室
※申込不要・自由参加
※先着順に整理券を配布します。



- ★握力、5m歩行等5種目を測定
- ★半年に1度は体力測定を！
- ★お土産があります！
- ★スタンプ対象イベントです！



★くらしケアクリニック城東★

お医者さんのお話「健康寿命」

日時：5月30日(金) 13:30～14:30
講師：勝俣 元都医師
(くらしケアクリニック城東)
場所：1階多目的室
申込不要・自由参加



▲【自由参加の講座】※申込不要です。開始5分前には集合をお願いします。

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はお休みです
5月は、28日(水)がお休みとなります



俳句カフェ

日時：毎週 木曜日
11:00～12:30
講師：英喜さん
場所：2階 和室大
※5月8日は和室小
※俳句に興味ある方集まれ～！

毎週木曜日の
自由参加となりました
皆様のご参加お待ちしております
おしゃべりに来ませんか！



楊名時太極拳

日時：5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！



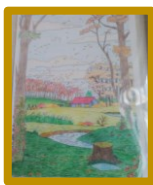
パソコンクラブ

日時：5月10日・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！
※パソコン、タブレット等はご持参ください



心が整うぬりえA・B

日時：A：5月14日(水)・B：29日(木)
ABともに13:30～15:00
場所：1階 多目的室
※A・Bともに参加可能です
※ぬりえに集中することで、心が整います！
※色鉛筆はご用意しています



輪踊り

日時：5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！



新聞ちぎり絵サロン

日時：5月15日(木)
13:30～15:00
場所：2階 和室小
講師：福祉会館職員
※新聞をちぎって絵を作ってみませんか！



卓球フリー

日時：5月18日(日)
5月 5日・12日・19日・26日(月)
5月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！



のぞみ薬局出前講座

「病気をしない！今できること」

日時：5月21日(水)
13:30～14:10
場所：1階 多目的室
※世代別に受けた方がよい予防接種や自分で
できる予防について学びましょう！



うたの広場

日時：5月22日(木)
13:30～14:30
場所：1階 多目的室
講師：榎原 千尋先生
早川 香里先生
※季節の歌を一緒に歌いましょう！



江東活き粋体操だよ！全員集合

日時：5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
※介護予防リーダーズの方の体操、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：5月28日(水)
14:00～15:00
場所：2階 和室大
※お一人2セットで競技、
上位者にはお楽しみも・・・♪



亀福シネマ

日時：5月31日(土)
13:30～15:00
場所：1階 多目的室
※上映予定：「男はつらいよ」
マドンナ：池内淳子



おいせ

眼鏡のご用意をお願いします!!

下記講座にご参加の際は、度が合わない、
かけずらい等のご意見を頂きますので使い慣れた眼鏡
を持参して頂く事をお勧め致します。

- ・ぬりえ
- ・スクラッチアート
- ・新聞ちぎり絵
- ・おりがみ



こいのぼり工作

日時：5月5日(月) 子供の日
13:30~15:00

場所：2階和室(小)
申込不要・自由参加



※工作でオリジナルの
こいのぼりを作ってみませんか!!

菖蒲湯



日時：5月2日(金)
11:00~14:00

★GW映画まつり★



日時：5月1日(木)・2日(金) 13:30~15:00
場所：1階多目的室 ※申込不要・自由参加

1日(木)「東京キッド」2日(金)「ギターを持った渡り鳥」

(主演:美空ひばり)

(主演:小林旭)

※いつもの亀福シネマと違った作品をお楽しみください!!

★写真撮影について



館内において行事・講座や日常の様子を記録するため、写真を撮る事があります。
撮影した写真は、館内やホームページに掲示、掲載することがあります。
撮影時には都度お声がけをさせていただきますが、お顔など掲載されることに不都合
がある方は職員までお申し出ください。



★看護師による健康相談 5月は、下記の日時に行っています。

5日(月)・8日(木)・10日(土)・12日(月)・13日(火)・17日(土)・
19日(月)・21日(水)・22日(木)・24日(土)・26日(月)・27日(火)・
29日(木)・30日(金)・31日(土)

各日の10時~15時

※どんな内容でもご相談をお受けします。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

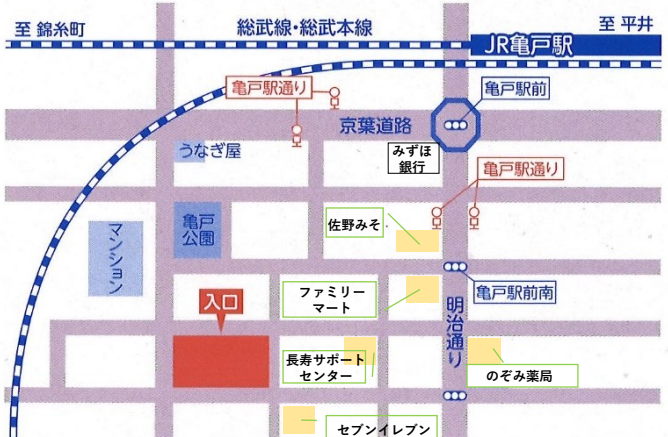


火曜~土曜日 11:00~15:00 (金曜日は11:00~14:00)にご利用いただけます。
(日・祝日・月曜日はお休みです)

※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10:45~14:30です。(金曜日は10:45~13:30)

※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)