

亀戸福祉会館だより

5月号



令和4年4月25日(月)発行

亀戸福祉会館

住所：江東区亀戸1-24-6

電話：03(3685)8208

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-kameido.com>







【亀戸福祉会館からのお知らせ】

○制限付きで館内の食事を再開しました。(4月1日より)

- ・時間：12:00～17:00 ・黙食でお願いします。
- ・場所：和室(小) ・飲食物の分け合いはできません。

※今後の感染症発生状況によって、利用の制限やイベント開催の変更をさせていただく場合がございますので、おたよりや掲示板、ホームページ、お電話にてご確認ください。

日	月	火	水	木	金	土	
1 ◆亀福囲碁 研修大会 10:00 18:00閉館 (お風呂休み)	2 ◆レクダンス スマレの会 10:00 ▲楽しく英会話 15:15 (お風呂休み)	3 休館日 (憲法記念日)	4 休館日 (みどりの日)	5 こどもの日 (開館します) 18:00 閉館 (お風呂休み)	6 ●おもしろクラブ 「健康である ために」 (定員25名) 13:30	7 菖蒲湯 ◆歌謡の集い J組 (会員制) 13:30	
8 休館日	9 ●初心者卓球 (定員18名) 10:00 ▲のぞみ薬局 出前講座「体 いきいき体操」 13:30 (お風呂休み)	10 ◆卓球クラブA 10:00 ◆茶道サークル 10:00 受付前にお集ま りください。プラン ターに種を植えて いただきます。 ◆民踊自主練習 13:30	11 ▲グリーンカーテ ン作成(フウセ ンカズラ植え) 11:00 ●コロリアージュ 倶楽部A (定員20名) 13:00	12 ▲楊名時太極拳 10:00 ●おりがみ 「ふじの会」 (定員16名) 13:00 ▲オセロ学習会 13:30 ◆民踊教室 13:30	13 ●おもしろクラブ 「リズム体操」 (定員25名) 13:30～14:30	14 ▲パソコン クラブ 10:00  ◆初心者囲碁 クラブ 13:00	
15 休館日	16 ▲切り絵倶楽部 13:00 ◆レクダンス スマレの会 13:30 (お風呂休み)	17 ◆卓球クラブB 10:00 ◆民踊自主練習 13:30	18 ◆亀福学習会 10:00  ▲リフレッシュ 健康体操 13:30	19 ◆生花教室 10:00 ▲健康教育 「お口の健康 とケア」 13:30	20 脳トレにチャレンジ 問題配布：5/20(金)～5/26(木) 解答設置：5/27(金)～	21 ●おもしろクラブ 「口腔衛生」 (定員25名) 13:30 ◆歌謡の集い K組 (会員制) 13:30	
22 休館日	23 ●スマホ教室 (定員24名) ※詳しくは裏 面をご覧ください。 (お風呂休み)	24 ◆卓球クラブA 10:00 ◆茶道サークル 10:00 ◆民踊自主練習 13:30	25 ▲活き粋体操だよ 全員集合！ 13:00 ▲輪投げ 14:00	26 ▲うたの広場 13:00 ▲オセロ学習会 13:30	27 ●おもしろクラブ 「介護予防体操」 (定員25名) 13:30	28 ▲パソコン クラブ 10:00 ◆詩吟教室 13:30	
29 休館日	30 ●初心者卓球 (定員18名) 10:00 ●亀福シニアヨガ (定員20名) 11:00 ●コロリアージュ 倶楽部B (定員20名) 13:00 (お風呂休み)	31 ◆卓球クラブB 10:00  ◆民踊自主練習 13:30	スマホ気軽に相談窓口 スマホ操作の質問を随時受け付けます。操作がわから ない方、ご相談ください！ ※職員がわかる範囲 で答えるため、解決できない場合がございます。			◆会員制 ●申込制 ▲自由参加	
18:00 閉館 (お風呂休み)	18:00 閉館 (お風呂休み)	18:00 閉館 (お風呂休み)	～新講座開講！～ 「亀福シニアヨガ」 新しい講座が始まります！高齢者向けの着 席して行うヨガです。体を気持ちよく動かして、元気を補充しましょう！ ※申込み制です。				

おいせ 健康教育講座

○日 時：5月19日(木) 13時30分～14時30分 ○会場：和室(大)
 ○テーマ：「お口の健康とケア」 健康を守るお口のケアについて学びます。



◎ 自由参加できる事業

講座名	講師・内容	講座名	講師・内容
輪投げ (和室大)	まどに入れた点数で競います。 高得点者には賞品あり！	楊名時太極拳 (和室大)	藤崎 優先生 太極拳を初歩から学べます。
楽しく英会話 (多目的室)	ネイティブの先生と英会話をしま す。英語ができない方も学べます。	リフレッシュ健康体操 (和室大)	齋藤 美奈子先生 元気に体を動かします！
活き粋体操だよ 全員集合！(和室大)	DVDを見ながら体を動かします。	オセロ学習会 (囲碁コーナー)	対局を楽しみます。
パソコンクラブ (多目的室)	パソコンやスマートフォン操作の わからないことを教えてください。	切り絵倶楽部 (和室大)	切り絵を作って飾ります。
うたの広場 (多目的室)	榎原 千尋先生・久保 陽子先生 ピアノの伴奏で歌います。		

◎ 会員制 (入会希望の方は、職員にお問い合わせください)

講座名	講師・内容	講座名	講師・内容
民謡自主練習 (和室大)	月に一回の民謡教室に向けて練習を 行います。	初心者囲碁クラブ (多目的室)	代表の方が打ち方を教えてください ます。
亀福学習会 (多目的室)	飯塚 澄子先生 古典について学びます。	レクダンススミレの会 (多目的室)	レクダンスをして楽しみます。
詩吟教室 (多目的室)	飯塚 岳彰先生 豊田 京岳先生 先生が詩吟を教えてくださいませ す。	茶道サークル (和室小)	会員を募集します。まずは体験入会 をお願いします。
民謡教室 (和室大)	岡田 昌子先生 先生が民謡を教えてくださいませ す。		

◎ 申込制 (事務室窓口か電話でお申し込みください)

	内容	講座名	内容
初心者卓球 (集会室)	立ち位置やラケットの握り方など から教わる初心者向けクラスです。	亀福シニアヨガ (和室大)	君塚 昌代先生 椅子に座って行うヨガです。
コロリアージュ倶楽部 A・B (多目的室)	塗り絵を楽しみます。月2回の 申込制で、1人1回までとなります。	おりがみ「ふじの会」 (多目的室)	田中 宏先生・好子先生 おりがみ作品を作ります。

◎ 5月のおもしろクラブの活動 (多目的室) (介護予防グループ活動事業)

※定員があるものは申し込みが必要です。事務室窓口か電話でお申し込みください。

日にち	時間	講座名	講師	定員
6日(金)	13時30分～15時	健康であるために	北原看護師	25名
13日(金)	13時30分～14時30分	リズム体操	打越先生	25名
20日(金)	13時30分～15時	口腔衛生	金田先生	25名
27日(金)	13時30分～15時	介護予防体操	森山先生	25名

おいせ のぞみ薬局出前講座

○日 時：5月 9日(月) 13時30分～14時30分 ○会 場：和室(大)

○テーマ：「体いきいき体操」参加自由です！

元気をサポートする体操を一緒にやってみましょう。



おいせ スマホ教室 (個別相談会)

○開催日：5月23日(月)

○場所：多目的室

○所要時間：各回30分

○定員：24名(先着順・申込制)

※ご自分のスマートフォンが
ある場合はご持参ください。



○以下の時間で申し込むことができます。

- | | |
|-----------|-----------|
| ① 9時00分～ | ② 9時30分～ |
| ③ 10時00分～ | ④ 10時30分～ |
| ⑤ 11時00分～ | ⑥ 11時30分～ |
| ⑦ 13時00分～ | ⑧ 13時30分～ |
| ⑨ 14時00分～ | ⑩ 14時30分～ |
| ⑪ 15時00分～ | ⑫ 15時30分～ |

(各回2名)

