

亀戸福祉会館だより

10月号



令和4年9月24日発行

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>



マミーは、いつも人のために寄り添います。



木の葉の色や朝の冷気に秋の訪れを感じる季節になりました。秋の実りや色づいた景色も楽しみです。この秋も体を動かし元気に活動していきましょう！



日	月	火	水	木	金	土
◆会員制 ●申込制 ▲自由参加	<p>看護師に健康相談は随時行っています。ご希望の方は、事務室か、電話で事前にお申込みください。</p>		<p>撮影について 行事や日常の様子を記録するため、写真を撮ることがあります。写真は、館内やホームページに掲載することがあります。不都合がある方はお申し出ください。</p>			1 ◆歌謡の集い(会員制) 13:30
2 ◆亀福囲碁研修大会 10:00 18:00 閉館(お風呂休み)	3 ●亀福シニアヨガ(定員20名) 11:00 ▲楽しく英会話 15:15(お風呂休み)	4 ◆卓球クラブA 10:00 ◆民踊自主練習 13:30	5 ●コロリアージュ倶楽部A(定員20名) 13:00	6 ◆生花教室 10:00 ▲オセロ学習会 13:30	7 ●おもしろクラブ「ボイストレーニング&うた」(定員35名) 13:30	8 ▲パソコンクラブ 10:00 ◆詩吟教室 13:30
9 休館日	10 休館日(スポーツの日)	11 ◆茶道サークル 10:00 ◆卓球クラブB 10:00 ◆民踊自主練習 13:30	12 ●コロリアージュ倶楽部B(定員20名) 13:00	13 ▲楊名時太極拳 10:00	脳トレにチャレンジ 問題配布：10/14(金)～10/20(木) 解答設置：10/21(金)～	
16 18:00 閉館(お風呂休み)	17 ▲切り絵倶楽部 13:00(お風呂休み)	18 ◆卓球クラブA 10:00 ●レクダンス教室(定員20名) 13:30 ◆民踊自主練習 13:30	19 ◆亀福学習会 10:00 ▲リフレッシュ健康体操 13:30	20 ◆生花教室 10:00 ▲オセロ学習会 13:30 ●歌謡教室(定員35名) 13:30	21 ●おもしろクラブ「健康であるために」(定員25名) 13:30	22 ▲ハロウィンパーティー ※裏面参照
23 休館日	24 ●亀福シニアヨガ(定員20名) 11:00(お風呂休み)	25 ◆茶道サークル 10:00 ◆卓球クラブB 10:00 ◆民踊自主練習 13:30	26 ▲活き料体操だよ全員集合! 13:00 ▲輪投げ 14:00	27 ▲のぞみ薬局出前講座「注目! 新型栄養失調」 13:30	28 ●おもしろクラブ「頭と体を元気にしましょう」(定員30名) 13:30	29 ◆初心者囲碁クラブ 13:00
30 18:00 閉館(お風呂休み)	31 ●初心者卓球(定員18名) 10:00(お風呂休み)	ご利用の際は引き続き、検温、周りの人といつもより離れて過ごす(2m)、マスクの着用、手洗い・手指消毒などの感染予防対策にご協力をお願いします。				

卓球クラブA・Bのメンバーの方は、参加できません。

ご利用の際は引き続き、検温、周りの人といつもより離れて過ごす(2m)、マスクの着用、手洗い・手指消毒などの感染予防対策にご協力をお願いします。

重要!
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。

スマホ操作気軽に相談窓口
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。

◎ 自由参加できる事業

講座名	講師・内容	講座名	講師・内容
楽しく英会話 (和室大)	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。	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。
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！	オセロ学習会 (囲碁コーナー)	対局を楽しみます。
活き体体操だよ 全員集合！(和室大)	DVDを見ながら体を動かします。	切り絵倶楽部 (和室大)	切り絵を作って飾ります。
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。	輪投げ (和室大)	まとに入れた点数で競います。 高得点者には賞品あり！

◎ 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
民踊自主練習 (和室大)	月に一回の民踊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。
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。	亀福囲碁研修大会 (囲碁コーナー)	毎月行われる囲碁の大会です。
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。	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。
民踊教室 (和室大)	岡田 昌子先生 先生が民踊を教えてください。		

◎ 申込制 (事務室窓口か電話でお申し込みください)

講座名	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。	歌謡教室 (多目的室)	竹花 陽子先生 歌謡曲の歌い方を習います。
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。	亀福 シニアヨガ (和室大)	君塚 昌代先生 月2回の申込制で、1人1回まで。 手ぬぐいかタオルをお持ちください。
レクダンス教室 (多目的室)	黒崎 秀子先生 おなじみの曲でダン スをします。10月と2月の開催です。		

◎ 10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
7日(金)	13時30分～15時	ボイストレーニング&うた	岩淵先生	35名
14日(金)	10時～11時	リハビリテーション	篠田先生	25名
21日(金)	13時30分～15時	健康であるために	北原看護師	25名
28日(金)	13時30分～15時	頭と体を元気にしましょう	上野先生	30名

おいせ のぞみ薬局出前講座

○日 時：10月27日(木) 13時30分～14時30分 ○会場：和室(大)
○テーマ：「注目！新型栄養失調」 参加自由です。
食事のカロリーは十分でも、栄養のバランスが崩れているかも
しれません。いつもの食事内容を一緒に見直してみましょう。



おいせ ★ハロウィンパーティー★

○日時：10月22日(土) 13時00分～15時00分
○会場：多目的室(1階)・児童館エリア(2階)
○福祉会館ブースでは、輪投げとポッチャをして遊びます！

児童館と合同で、ハロウィンパーティーをします！児童館エリアでの
ゲームや工作にも参加できます。仮装もオーケー！みんなで遊んで楽しみましょう！

