

# 2023年 8月 古石場だより



〒135-0045 古石場福祉会館

住所:江東区古石場1-11-11

電話・FAX:03(3641)9531



運営:株式会社 明日葉

<https://furuishiba-fukushi-jidou.jp>

日	月	火	水	木	金	土
<b>ラジオ体操やってます!!</b> 時間 1:00~ 場所 古石場福祉会館 和室(大) ほほ毎日やってます! 第1・第2を行います!		<b>1</b> 太極拳教室 (自主活動) 10:00 	<b>2</b> 輪踊り 10:00 書道教室 1:30 	<b>3</b> スマホ教室③ 10:00 	<b>4</b> パソコン教室 (実践入門) 10:00 たんぽぽ (レクリエーション) 1:30 	<b>5</b> カラオケ愛好会 9:30~12:00 KOTO 活き粋体操 1:30 
		<b>6</b> お風呂休み 	<b>7</b> お風呂休み 	<b>8</b> 詩吟教室 1:30 	<b>9</b> やさしい英語教室 1:30 	<b>10</b> 民踊教室 (自主活動) 1:30 
<b>13</b> 休館日 おやすみ 	<b>14</b> お風呂休み 吹き矢 (自主練習会) 1:30 	<b>15</b> 太極拳教室 (自主活動) 10:00 詩吟教室 1:30 	<b>16</b> 輪踊り 10:00~11:15 やさしい英語教室 1:30 	<b>17</b> 輪投げ練習日 11:00~12:00 大人のぬりえ 会 1:30 	<b>18</b> パソコン教室 (実践入門) 10:00 たんぽぽ (介護予防講話) 1:30 	<b>19</b> カラオケ愛好会 9:30~12:00 納涼輪投大会 1:30 
<b>20</b> お風呂休み 	<b>21</b> お風呂休み ぼたん (輪踊講師の自主 練習会) 1:30 	<b>22</b> パソコン教室 (個別相談) 10:00 	<b>23</b> 民踊教室 (自主活動) 1:30 	<b>24</b> パソコン教室 (実践応用) 10:00 たんぽぽ (シニアヨガ) 1:30 	<b>25</b> カラオケ愛好会 9:30~12:00 	<b>26</b> お風呂休み 
<b>27</b> 休館日 おやすみ 	<b>28</b> お風呂休み 	<b>29日</b> 	<b>30</b> 落語会 1:30 	<b>31</b> 	「パステルアート」 「名作サロン」<朗読> 8月はお休みです。	

## ☆翌9月・カラオケ大会 開催!! 参加者大募集

- ①開催日 9/11(月) 午前10時~午後3時(休憩正午~午後1時)
- ②応募条件 現カラオケ愛好会加入者を除く。新規の方で、先着15名。
- ③募集開始 8/7(月)より募集開始。※人数に達し次第、締切ります。

※ お風呂の時間について  
 毎週火曜日~土曜日(午前11時~午後3時迄)  
 但し金曜日のみ午後2時迄です。





# 今月の予定



## 介護予防グループ たんぽぽ

4日	(金)	レクリエーション	1:30~3:00	小倉 あけみ先生
11日	(金)	~休館日(山の日)~		
18日	(金)	介護予防講話	1:30~3:00	北原 千寿子先生
25日	(金)	シニアヨガ	1:30~3:00	齋藤 麻美先生

※水分補給用の飲み物をご持参ください。



## 活き体操だよ!

# 全員集合!



日時： 8月5日(土) 1:30~  
 場所： 古石場福祉会館 和室(大)  
 内容： 筋力トレーニング編

- ・水彩音頭編(練習)
- ・水彩音頭(音楽付き♫ 通しで)
- ・江東区のオリジナル介護予防体操です!
- ☆介護予防リーダーさんも参加します!

## ~猛暑一時休憩所開設~

福祉会館は7月1日(土)~9月30日(土)  
 「猛暑一時休憩所」として指定されます。  
 (開館日に限る) 熱中症の予防のために  
 ご活用ください!



## ☆スマホ教室開催します!

開催日程は全3回 (①7/20・②7/27・③8/3)

③ 今回は3回目です!!

☆参加条件は、7月開催分の  
 スマホ教室に参加された方です。



☆開催日時 8月3日(木) 10:00~11:30

☆場所：和室大

テーマ「2回目のおさらい等(予定)」



【日時】  
 8月30日(水)  
 1:30~

【定員】  
 25名(先着順)

【場所】  
 和室(大)



## 納涼輪投げ大会開催します!

8月19日(土) 定員:30名まで  
 (現在、輪投げ会に登録している方のみ)  
 場所:古石場福祉会館(和室大)

【ご確認ください】

- ・ルールは通常の輪投げ会と同様です。
- ・事前の時間予約制で実施します。  
 受付期間:8月3日(木)から8日(火)まで(窓口での受付です)  
 2部制で実施します。【※各回15名ずつ】
- ・表彰は、後日個別に実施いたします。景品も一緒にお渡しいたします。

