

2023年 9月 

〒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>

# 古石場だより

日	月	火	水	木	金	土
1日 3:30~防災訓練		9月1日 健康教育			1 パソコン教室 (実践入門) 10:00 健康教育1:00	2 カラオケ 愛好会 9:30~ KOTO 活き粋体操 1:30
敬老の日イベント「お祝い会」9月17日						
3	4	5	6	7	8	9
お風呂休み 	お風呂休み 	太極拳教室 (講師活動) 10:00 	輪踊り 10:00 ~11:15 書道教室 1:30		パソコン教室 (実践応用) 10:00 たんぽぽ (リハビリ体操) 2:30	パステル アート教室 10:00 おりがみ教室 1:30
10	11	12	13	14	15	16
休館日 	カラオケ大会 10:00 ~15:00 (お昼休憩あり) お風呂休み	 詩吟教室 1:30	 やさしい 英語教室 1:30	輪投げ練習日 11:00~12:00 民踊教室 (講師活動) 1:30	パソコン教室 (実践入門) 10:00 たんぽぽ (のびのび体操) 1:30	カラオケ 愛好会 9:30~ 輪投げ会 1:30
17	18	19	20	21	22	23
お風呂休み 敬老の日 お祝い会 13:00 和室(大)	お風呂休み 敬老の日	太極拳教室 (自主活動) 10:00 詩吟教室 1:30	輪踊り 10:00 ~11:15 やさしい 英語教室 1:30	 大人の ぬりえ会 1:30	パソコン教室 (実践応用) 10:00 たんぽぽ (シニアヨガ) 1:30	休館日 (秋分の日) 
24	25	26	27	28	29	30
休館日 	お風呂休み ぼたん 1:30		パソコン教室 (個別相談) 10:00 -朗読- 名作サロン 2:00	 民踊教室 (自主活動) 1:30	パソコン教室 (実践応用) 10:00 たんぽぽ (レクリエーション) 1:30	カラオケ 愛好会 9:30~ 

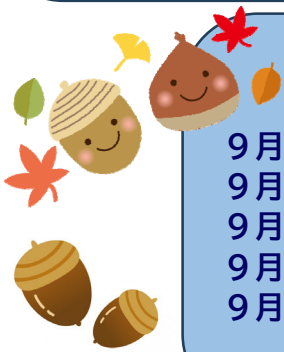
**9月11日 カラオケ大会開催** 場所 **和室大**  
10時~12時 12時~13時休憩 13時~15時



# 今月の予定

## 敬老の日お祝い会

9月17日 13時～14時30分 場所 和室大  
 13時～14時 演芸会（出演者後日決定）  
 14時～14時30分 ビンゴゲーム  
**演芸会を楽しみましょう！**



## たんぽぽ

9月1日（金曜日）	1：30～3：00	口腔ケア	金田恵美子先生
9月8日（金曜日）	2：30～3：30	リハビリ体操	高木聡先生
9月15日（金曜日）	1：30～3：00	のびのび体操	森山由起子先生
9月22日（金曜日）	1：30～3：00	シニアヨガ	齊藤麻美先生
9月29日（金曜日）	1：30～3：00	レクリエーション	小倉あけみ先生

## ～猛暑一時休憩所開設～

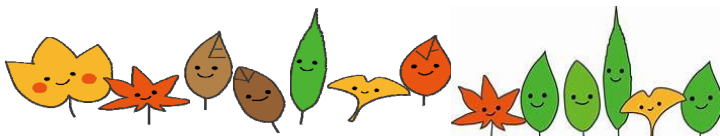
福祉会館は7月1日（土）～9月30（土）  
 「猛暑一時休憩所」として指定されます。  
 （開館日に限る）熱中症の予防のためにご活用下さい。



【当日 自由参加】

講座名	実施日
朗読・名作サロン	第4水曜日
健康教育	不定期
KOTO活き粋体操	第1土曜日
落語会	不定期
長期サポートセンター相談会	不定期

※各講座の初回時に登録していただきます。



**\*お風呂の時間について**

毎月火曜日～土曜日（午前11時～午後3時迄）

但し金曜日のみ午後2時までです。

## ※防災訓練

日時：9月1日（金）3：30～  
 避難訓練をおこないます。  
 ぜひご参加ください。  
 また、「防災用品の見直し」や、「避難場所の確認」をご家族と一緒に行いましょう。

## 健康教育

テーマ『栄養について』

9月1日（金曜日）

13：00～13：30 場所 和室大



## ☆ラジオ体操☆

ほとんど毎日やっています！！

健康づくりのために習慣にしてみませんか？

時間： 1時00分

会場： 和室(大)

第1, 第2やっています。

