

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 | 2 カラオケ 愛好会 9:30~ |
| 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 | 太極拳教室 (自主活動) 10:00 -朗読- 名作サロン 2:00 | 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～

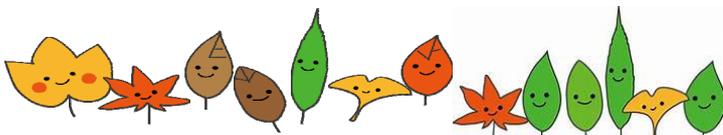
福祉会館は7月1日（土）～9月30（土）
 「猛暑一時休憩所」として指定されます。
 （開館日に限る）熱中症の予防のためにご活用下さい。



【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。

