

2023年

11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
			1 輪踊り 10:00~11:15 書道教室 1:30	2 高齢者保健事業 個別相談会 (※対象者限定) 1:30	3 休館日 文化の日	4 カラオケ愛好会 9:30~12:00 KOTO 活き粋体操 1:30
5 お風呂休み	6 お風呂休み	7 太極拳教室 (講師活動) 10:00 	8 やさしい英語教室 1:30	9 民踊教室 (講師活動) 1:30	10 パソコン教室 (実践応用) 10:00 たんぼぼ (リハビリ体操) 2:30	11 パステルアート 教室 10:00 おりがみ教室 1:30
12 休館日 おやすみ	13 お風呂休み	14 詩吟教室 1:30	15 輪踊り 10:00~11:15 やさしい英語教室 1:30	16 輪投げ練習日 11:00~12:00 大人のぬりえ会 1:30	17 パソコン教室 (実践入門) 10:00 たんぼぼ (のびのび体操) 1:30	18 カラオケ愛好会 9:30~12:00 輪投げ会 1:30
19 お風呂休み 	20 お風呂休み ぼたん (輪踊講師の自主練習会) 1:30	21 太極拳教室 (自主活動) 10:00 詩吟教室 1:30	22 パソコン教室 (個別相談) 10:00 ラジオ体操中止 朗読:名作サロン 2:00	23 休館日 (勤労感謝の日) おやすみ	24 パソコン教室 (実践応用) 10:00 たんぼぼ (シニアヨガ) 1:30	25 カラオケ愛好会 9:30~12:00
26 休館日 おやすみ	27 お風呂休み 	28 保健所健康教育 2:00	29 落語会 1:30	30 スマホ教室 ②-1 10:00 民踊教室 (自主活動) 1:30		

輪投げ会

11月18日(土曜日)1時30分~ 和室(大)



※ 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



10日	(金)	リハビリ体操	2:30~3:30	高木聡先生
17日	(金)	のびのび体操	1:30~3:00	森山由起子先生
24日	(金)	シニアヨガ	1:30~3:00	齊藤麻美先生

※水分補給用の飲み物をご持参ください。

朗読 名作サロン



江東区を中心に活動されているボランティア団体による朗読会です。
11月22日(水)2:00~3:00に和室(大)にて行います。

江東区保健所健康教育開催します！

日時：**11/28** (火) **2時 ~ 3時**

場所：**和室(大)**

テーマ：「食の安全・食中毒について」
家庭の台所の衛生について、みんなで
学びましょう！

講師：食品衛生監視員



ラジオ体操やってます!!

時間 1:00~

場所 古石場福祉会館 和室(大)

ほぼ毎日やってます!
第1・第2を行います!



☆スマホ講座開催します！

開催日程は全3回です

(①11/30・②12/7・③12/21)

いずれも木曜日・10:00~11:30です。

申込は窓口にて受付ます。(電話不可)

☆申し込み期間・11/1(水)~11/10(金)

☆全日参加可能な方をお願いします。

☆定員に達し次第、キャンセル待ち受け付けます。

☆場所：和室大

①11月30日(木) 10:00~11:30

テーマ「マップとカメラ」

②12月7日(木) 10:00~11:30

テーマ「乗換案内・音声アシスタント」

③12月21日(木) 10:00~11:30

テーマ「LINE」



【日時】

11月29日(水)
1:30~

【定員】

25名(先着順)

【場所】

和室(大)