

2024年 1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>

江東区

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
					パソコン教室 (実践入門) 10:00	カラオケ愛好会 9:30~12:00
					たんぽぽ (レクリエーション) 1:30	KOTO 活き粋体操 1:30
7	8	9	10	11	12	13
お風呂休み	休館日 	太極拳教室 (講師活動) 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	 民踊教室 (講師活動) 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
14	15	16	17	18	19	20
休館日 	お風呂休み 長寿サポート センター相談会 2:00	 詩吟教室 1:30	輪踊り 10:00~11:15 やさしい英語教室 1:30	輪投げ練習日 11:00~12:00 大人のぬりえ会 1:30	パソコン教室 (実践入門) 10:00 たんぽぽ (口腔ケア) 1:30	カラオケ愛好会 9:30~12:00 輪投げ会 1:30
21	22	23	24	25	26	27
お風呂休み	お風呂休み ぼたん (輪踊講師の自主練習会) 1:30	太極拳教室 (自主活動) 10:00 	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	新春 成果発表会 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	カラオケ愛好会 9:30~12:00
28	29	30	31	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px; text-align: center;"> <h3 style="margin: 0;">新春落語会</h3> <p style="margin: 5px 0;">【日時】1月31日(水) 1:30~</p> <p style="margin: 5px 0;">【定員】25名(先着順)</p> </div>		
休館日 悠々 フェスティ バル	お風呂休み		 落語会 1:30			

☆☆『第23回悠々フェスティバル』のご案内 ☆☆

日時:1月28日(日) 10:00~3:30

会場:江東区総合区民センター 2階レクホール・展示ホール・3階第一研修室

内容:ヴォイストレーニング、うたの広場、輪踊り、スポーツチャレンジコーナー、レジン工作他





1月の日程



介護予防グループ たんぽぽ

5日	(金)	レクリエーション	1:30~3:00	小倉あけみ先生
12日	(金)	リハビリ体操	2:30~3:30	高木聡先生
19日	(金)	口腔ケア	1:30~3:00	金田恵美子先生
22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。

～ 新春 成果 発表 会 ～

日時：1月25日(木) 1:30～

場所：古石場福祉会館 和室(大)

内容：詩吟教室、やさしい英語教室、民謡教室、太極拳、カラオケ愛好会、輪踊りグループのメンバーの皆さんによる日頃の成果が披露されます。

☆ 最後は全員で輪になって『総踊り』でお楽しみください!!

福祉会館からのお知らせ

🌸 2月5日(月):カラオケ大会を開催予定です。
詳細は2月のお知らせでご確認ください。

輪投げ会

日時：1月20日(土曜日) 1時30分～

場所：古石場福祉会館 和室(大)

得点は、
輪投げ得点ランキング番付表
で発表します。

…めざせ横綱



ラジオ体操やってます!!

日時：ほぼ毎日、1:00～

場所：古石場福祉会館 和室(大)

カラオケに合わせて
『ラジオ体操第1・第2』
を行います。

…継続は力なり!



🌿 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)

○11時から受付開始です。

但し金曜日のみ午後2時迄



～ 朗読 ～ 名作サロン

江東区を中心に活動されている

ボランティア団体朗読会です。

日時：1月24日(水) 14:00～

場所：古石場福祉会館 和室(大)