

2024年6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 カラオケ 愛好会 9:30~12:00 活粋体操 1:30
2	3	4	5	6	7	8
お風呂休み	脳トレ 10:00 お風呂休み	太極拳 教室 10:00	輪踊り教室 10:00~11:15 書道教室 1:30		パソコン教室 (実践入門) 10:00 たんぽぽ (口腔ケア) 1:30	パステルアート 教室 10:00 おりがみ 教室 1:30
9	10	11	12	13	14	15
休館日 	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 (実践応用) 10:00 たんぽぽ (リハビリ体操) 2:30	カラオケ 愛好会 9:30~12:00 輪投げ会 1:30
16	17	18	19	20	21	22
お風呂休み	お風呂休み ぼたん (輪踊り講師 自 主練習会)1:30	太極拳教室 (自主活動) 10:00 詩吟教室 1:30	輪踊り教室 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 9:30~12:00
23	24	25	26	27	28	29
休館日 	お風呂休み スカットボール 1:30~2:30	ラジオ体操中止 健康教育 1:00~2:00	ラジオ体操中止 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 (シニアヨガ) 1:30	カラオケ 愛好会 9:30~12:00
30	~健康教育「熱中症対策」~ 6月25日(火) 1:00~2:00 水分補給や夏バテなど、今年もやっ てる猛暑に備え乗り切りましょう! 					
お風呂休み						

🌀 お風呂の時間について…

○毎週火曜日～土曜日(11:00～3:00)11時から受付開始です。
 金曜日のみ2:00迄です。2:00～3:00は介助付入浴となります。(予約制)

6月の日程

介護予防グループ

たんぽぽ

7	(金)	口腔ケア	1:30～3:00	金田 恵美子 先生
14	(金)	リハビリ体操	2:30～3:30	高木 聡 先生
21	(金)	のびのび体操	1:30～3:00	森山 由起子 先生
31	(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。

～お知らせ～

令和6年6月30日で入館票の期限が終了します。
 7月から新たに登録が必要ですので来館時に手続き
 をしてください。
 氏名・生年月日・住所がわかる証明書
 (健康保険証・マイナンバーカード等)を
 ご持参ください。
 他館で登録した方は共通で利用できます。



高齢者の猛暑一時休憩所
 について
 福社会館は6月21日(金)から
 9月30日(月)まで
 「高齢者猛暑一時休憩所」
 として指定されています。
 熱中症対策としてご利用
 ください。



～輪投げ会～

日時:6月15日(土曜日)
 1:30～
 場所:古石場福社会館・和室(大)
 得点は、輪投げ得点ランキング表で発表し
 ます!

～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:6月26日(水)
 2:00～
 場所:古石場福社会館
 和室(大)



～活粋体操～

日時:6月1日(土) 1:30～
 江東区オリジナルの介護予防体操です
 ふるってご参加ください。

「脳トレ」やりますよ!
 日時:6月3日(月) 10:00～
 脳を活性化して認知症予防～



☆ラジオ体操やっています!!

日時:ほぼ毎日、午後1時～
 場所:古石場福社会館 和室(大)
 『ラジオ体操第1・第2』を行います。

