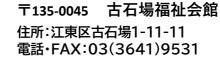
2024年10月 古石場だより









	江東区						
B	月	火	水	木	金	±	
		1	2	3	4	5	
4		太極拳	輪踊り教室	カラオケ	パソコン教室	カラオケ	
		教室		開放日	(実践入門)	愛好会	
	9	10:00	10:00~11:15	10:00~12:00		9:30~12:00	
CALA			書道教室		た ん ぽ ぽ (介護予防講話)	KOTO 活き粋体操	
			13:30		13:30	13:30	
6	7	8	9	10	11	12	
エンジョイ		やってみよう	-	カラオケ	パソコン教室	パステル	
輪投げ		ボードゲーム 10:00~11:00		開放日	(実践応用)	アート教室	
10:00~	お風呂休み	10:00 - 11:00		10:00~12:00	10:00	10:00	
レッツ!	脳 ト レ	詩吟教室	やさしい	民踊教室	たんぽぽ	おりがみ	
ボッチャ	13:30	13:30	英語教室 13:30	(講師活動)	(リハビリ体操)	教室 13:30	
13:30~ 13	14	15:30	16	13:30 17	14:30 18	19	
10	17		10	17	パソコン教室	カラオケ	
休館日	休館日	太極拳教室 (自主活動)	輪踊り教室	輪投げ練習日	ハフコフ叙主 (実践入門)	愛好会	
2	<u> </u>	10:00	10:00~11:15	11:00~12:00		9:30~12:00	
	and l	======================================	やさしい	大人の	たんぽぽ	‡ <u>\$</u>	
closed	closed	詩吟教室	英語教室	ぬり絵会	(のびのび体操)	輪投げ会	
		13:30	13:30	13:30	13:30	13:30	
20	21	22	23	24	25	26	
エンジョイ		60	パソコン教室	73 2 3 7	パソコン教室 (実践応用)	カラオケ	
輪投げ 10:00~	* 2042	Omize ×	(個別相談)	開放日		愛好会	
お風呂休み	お風呂休み		10:00	10:00~12:00	10:00	9:30~12:00	
レッツ!	ぼたん	<mark>ラジオ体操中止</mark>	<mark>ラジオ体操中止</mark> 朗読	民踊教室	たんぽぽ		
ボッチャ	(自主活動) 13:30~		名作サロン 14:00	自主活動 13:30	(シニアヨガ) 13:30		
13:30~ 27	28	29	30	31	The state of the s		
休館日				エンジョイ 輪投げ			
2	お風呂休み		ラジオ体操中止	10:00~			
closed	ボッチャ大会	長寿サポート センタ―相談 会	落語会	やってみよう ボードゲーム			
	13:30	14:00	13:30	13:30~	等 (1) (4) (4)	A Alexander	

必お風呂の時間について必毎週火曜日~土曜日(11:00~15:00)11時から受付開始です。 金曜日のみ14:00迄です。金曜日14:00~15:00は予約制の介助入浴となります。

月の予 10



ボッチャ大会開催!

10月28日 (月) 13:30~

ボッチャ大会を開催します。ぜひご参 加下さい。事前受付の申し込み制です。 10月1日から先着順で受付ます。定 員は16名です。電話では受付ません。

【日時】 10月30日(水) 13:30~ 【定員】25名(先着順) 【場所】和室(大)



会長寿サポートセンター相談会会

日時:10月29日(火)14:00~15:00

場所: 古石場福祉会館 和室(大)

ァーマ「後悔しない老人ホームの選び方」

ハルメク介護と住まいの相談室

松島先生による講話

どんな施設があるの、費用はどれくらい 自分もはいれるのかな…等々 これから先 知ってて損はしません!

~朗読~名作サロン

ンティア団体朗読会です。

お話の世界に誘います

江東区を中心に活動されているボラ

日時:10月23日(水)14:00~

場所:古石場福祉会館和室(大)

10月31日(木) お好きなコーヒー れます。ハロウィン



や紅茶を召し上が

をいっしょに楽しみましょ。

エンジョイ輪投げやレッツ!ボッチャ ボードゲーム、脳トレ、カラオケ開放など

頭と体を動かしながら楽しんでください。 日時はカレンダーをご確認ください。

月・木以外は17:00~18:00に輪投げができます ほぼ毎日13:00ラジオ体操もやってますよ!

【10月の予定】

介護予防グループたんぽぽ

4 日	(金)	介護予防講話	13:30~15:00	北原 千寿子 先生
11 日	(金)	リハビリ体操	14:30~15:30	髙木 聡 先生
18 日	(金)	のびのび体操	13:30~15:00	森山 由起子 先生
25 日	(金)	シニアヨガ	13:30~15:00	齊藤 麻美 先生

※水分補給用の飲み物をご持参ください。