

2024年12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

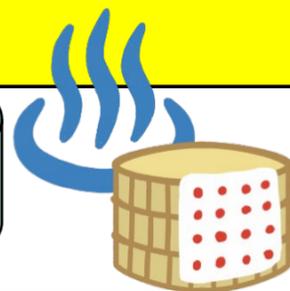


運営: 株式会社 明日葉

<https://furuishiba-fukushi-jidou.jp>

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
		太極拳教室 10:00	輪踊り教室 10:00~11:15		パソコン教室 (実践入門) 10:00	カラオケ 愛好会 9:30~12:00
児童館事業 (お箏体験) 13:30	脳トレ 13:30	人生・生き生き 終活講座 13:30	書道 (自主活動) 13:30	健康教育 お口の健康 13:30	たんぽぽ (介護講話) 13:30	KOTO 生き粋体操 13:30
8	9	10	11	12	13	14
休館日 	レッツ! ボッチャ 10:00~11:00			カラオケ 開放日 9:30~12:00	パソコン教室 (実践応用) 10:00	パステル アート教室 10:00
		詩吟教室 13:30	やさしい 英語教室 13:30		たんぽぽ (リハビリ体操) 14:30	おりがみ 教室 13:30
15	16	17	18	19	20	21
エンジョイ 輪投げ 10:00~11:00		太極拳教室 (自主活動) 10:00	輪踊り教室 10:00~11:15	輪投げ練習日 10:00~11:30	パソコン教室 (実践入門) 10:00	カラオケ 愛好会 9:30~12:00
	ぼたん (自主活動) 13:30	詩吟教室 13:30	やさしい 英語教室 13:30	大人の ぬり絵会 13:30~15:00	たんぽぽ (のびのび体操) 13:30	輪投げ会 13:30
22	23	24	25	26	27	28
休館日 			クリスマス会 10:45 パソコン個別相談 10:00	カラオケ 開放日 9:30~12:00	パソコン教室 (実践応用) 10:00	カラオケ 愛好会 9:30~12:00
	チェア エクササイズ 13:30		ラジオ体操中止 名作サロン 14:00			
29	30	31	 			
休館日 	休館日 	休館日 				

お風呂の時間について 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。
 ※火曜日は入浴剤入りの湯で温泉気分が味わえます。



12月の予定

人生・生き生き(終活)講座

日時: 12月3日(火) 13:30～15:00

場所: 古石場福祉会館 和室(大)

講師: 司法書士 星野勝彦氏

テーマ: 「誰にも役立つ相続入門」

相続・遺言の基本、死後事務、後見制度等を
 専門家からわかりやすく教えていただきます。



古石場福祉会館・児童館合同

クリスマス会



子どもたちと一緒に

クリスマスを楽しもう!

みんなで歌って合奏・ハンドベル演奏

楽しくクイズ・サンタさん登場など

12月25日(水) 10:45～ 和室(大)

健康教育 「お口でいきいき健口体操」

12月5日(木)13:30～14:30 和室(大)

深川保健相談所 歯科衛生士による

健康は口から! 今すぐできる元気の秘訣を聞きましょう!



～朗読～名作サロン

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ン
 ティア団体朗読会です。

日時: 12月25日(水) 14:00～

場所: 古石場福祉会館 和室(大)

新講座 《チェアエクササイズ》 第1回

新たなチャレンジを!

今回は姿勢をよくするエクササイズです

日時: 12月23日(月) 13:30

和室(大)にて 先着25名

講師: 土手浩恵先生



皆さま、1年間古石場福祉会館をご利用
 いただきありがとうございます。

いろいろな出会いと別れがありましたか
 どうぞ良い年をお迎えください。

来年は1月4日から開館します。

古石場福祉会館職員一同



＜書道教室を受講されている方へ＞

新しい講師をお迎えしてR7.1月より講師
 による教室を再開します。

1・2・3月は第1火曜日13:30～
 に日程を変更します。



＜1月の予告＞

★新春成果発表会

1月25日(土) 12:30～

★「人生生き生き講座・認知症のこと」

1月30日(火) 13:00～ 自由参加

【12月の予定】

介護予防グループ たんぽぽ



6日	(金)	介護予防講話	13:30～15:00	北原 千寿子 先生
13日	(金)	リハビリ体操	14:30～15:30	高木 聡 先生
20日	(金)	のびのび体操	13:30～15:00	森山 由起子 先生
27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。