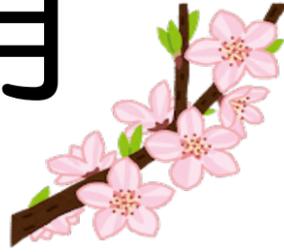


2025年4月

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 |
|--|-------------------------|---------------------------|----------------------------|------------------------------|---|----------------------------|
| ★ 定員に達しています ☆ 定員に空があります ◎ 事前登録が必要です ○ 申し込み制 △ 当日参加できます | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | ◎太極拳教室 10:00 | ◎輪踊り教室 10:00~11:15 | △カラオケ 開放日 9:30~12:00 | ★パソコン教室 (実践入門) 10:00 | ◎カラオケ 愛好会 9:30~12:00 |
| | | | ★やさしい 英語教室 13:30 | | △たんぽぽ (レクレーション) 13:30 | △KOTO 活き粋体操 13:30 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| | | △スカット ボール 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 | ★パステル アート教室 10:00 |
| | △ボッチャ 13:30 | ◎詩吟教室 13:30 | ★書道教室 13:30 | ◎民舞 (講師活動) 13:30~15:00 | △たんぽぽ (リハビリ体操) 14:30 | ★おりがみ 教室 13:30 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 休館日 | | ◎太極拳教室 (自主活動) 10:00 | ◎輪踊り教室 10:00~11:15 | △輪投げ 練習会 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 |
| | △脳トレ 13:30 | ○工作の時間 13:30 | ★やさしい 英語教室 13:30 | △大人の ぬり絵会 13:30 | ◎たんぽぽ (のびのび体操) ★A13:30~ ★B14:20~ | △輪投げ会 13:30 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| | | | ★パソコン 個別相談 10:00 | | ☆パソコン教室 (実践応用) 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 | ラジオ体操中止 △名作サロン 14:00 | ◎民舞 (自主活動) 13:30~15:00 | ◎たんぽぽ (シニアヨガ) ★A13:30~ ★B14:20~ | |
| 27 | 28 | 29 | 30 | | | |
| 休館日 | | 休館日 | ラジオ体操中止 | | | |
| | 利用者懇談会 13:30 | | △落語会 13:30 | | | |

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。

4月の予定

<ボッチャ>

はじめての方でも、楽しくできるスポーツです。
 日時:4月7日(月) 13:30~14:30
 場所:和室(大)
 当日自由参加です。ぜひご参加下さい。

<スカットボール>

誰でもできる、パターゴルフのようなスポーツです
 日時:4月8日(火) 10:00~11:00
 場所:和室(大)
 当日自由参加です。ぜひご参加下さい。



<輪投げ練習・輪投げ会>

はじめての方も経験者もみんなで輪投げやってみよう。
 日時:4月17日(木)10:00~
 19日(土)13:30~
 場所:和室(大)
 当日自由参加です。ぜひご参加下さい。

利用者懇談会

日時: 4月28日(月) 13:30~14:30
 場所: 和室(大)
 ご利用いただいている皆様と懇談会を開催し、意見交換をしたいと思います。
 ご参加お待ちしております。

<5月の予告>

- ・5月1日(木)チェアエクササイズ
- ・5月2日(金)菖蒲湯
- ・ボッチャ・脳トレ・ぬり絵等

~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:4月23日(水)14:00~
 場所:和室(大)



《工作の時間》

~こいのぼり~

日時:4月15日(火)13:30~
 場所:和室(大)
 定員:15名(先着順)
 受付方法:3月26日(水)より窓口にて受付開始
 電話では受け付けません。



オリジナルのこいのぼりを作ってみませんか?

「脳トレ」 4月14日(月) 13:30~
 頭と体を使って、楽しく脳トレしませんか

「大人のぬり絵会」 4月17日(木) 13:30~
 いずれも自由参加です。和室(大)でやってます。

落語会

日時:4月30日(水) 13:30
 場所:和室大

江東区を中心に活動している
 ボランティア落語会『よいな』
 の皆さんが笑いを届けてくれます。



4月の介護予防グループ

たんぽぽ

| | | | | |
|-----|-----|----------|-----------------|-----------|
| 4日 | (金) | レクリエーション | 13:30~15:00 | 小倉 あけみ 先生 |
| 11日 | (金) | リハビリ体操 | 14:30~15:30 | 高木 聡 先生 |
| 18日 | (金) | のびのび体操 | A13:30~ B14:20~ | 森山 由起子 先生 |
| 25日 | (金) | シニアヨガ | A13:30~ B14:20~ | |

※水分補給用の飲み物・タオルを持参してください