

# 2025年 8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
 <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 定員に達しています</li> <li>☆ 定員に空があります</li> <li>◎ 事前登録が必要です</li> <li>○ 申し込み制</li> <li>△ 当日参加できます</li> </ul>					1	2
					★パソコン教室 (実践入門) 10:00~11:30	◎カラオケ 愛好会 9:30~12:00
					△たんぼぼ (レクリエーション) 13:30 ~ 15:00	△KOTO 活き粋体操 13:30~14:30
3	4	5	6	7	8	9
		★太極拳教室 10:00~11:30	◎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 (実践応用) 10:00~11:30	◎カラオケ 愛好会 9:30~12:00
	△脳トレ 13:30~15:00		★やさしい 英語教室 13:30~15:00	△健康教育 13:30~14:30		★おりがみ 教室 13:30~15:00
10	11	12	13	14	15	16
休館日	休館日	△スカット ボール 10:00~11:30		△輪投げ 練習会 10:00~11:30	★パソコン教室 (実践入門) 10:00~11:30	
		◎詩吟教室 13:30~15:00	★書道教室 13:30~15:00	△大人の ぬり絵会 13:30~15:00	◎たんぼぼ (のびのび体操) ★A13:30~ ★B14:20~	○納涼 輪投げ大会 13:30~15:00
17	18	19	20	21	22	23
		★太極拳教室 (自主活動) 10:00~11:30	◎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 (実践応用) 10:00~11:30	★パステル アート教室 10:00~11:30
	★ぼたん (自主活動) 13:30~15:30	○スマホ 教室① 13:30~15:30	★やさしい 英語教室 13:30~15:00	○スマホ 教室② 13:30~15:30		
24	25	26	27	28	29	30
休館日	△カラオケ 開放日 9:30~12:00		★パソコン 個別相談 10:00~11:30	△ゲームで スポーツ 10:00~11:30		◎カラオケ 愛好会 9:30~12:00
	○スマホ 教室③ 13:30~15:30	◎詩吟教室 13:30~15:00	○声の アンチ エイジング 13:30~14:30	○スマホ 教室④ 13:30~15:30	◎たんぼぼ (シニアヨガ) ★A13:30~ ★B14:20~	
31	<p>♪お風呂の時間について♪</p> <p>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。</p> <p>涼しい室内で&lt;ラジオ体操!&gt; ほぼ毎日13時~和室大で行っています</p> 					

当館は『高齢者猛暑一時休憩所』に指定されています。ご活用ください。6月1日(日)～9月30日(火)

## 8月の予定

### 《食品衛生監視員による健康教育》

『食中毒及び感染症について』

身近な危険について正しく知ろう！

日時:8月7日(木)13:30～14:30

当日自由参加です



### 《スマホ教室 全4回》

1回のみでも参加できます！

スマホを持っている方も持っていない方も、これからの時代スマホを便利に安全に楽しく活用しよう。  
※スマホはデモ機を使用しますので、スマホをお持ちでない方も参加できます！

・各回定員20名(定員オーバー時は抽選になります)  
受付:8月1日(金)～6日(木)窓口・電話にて受付  
当選発表:8月8日(金)館内掲示・当選者のみ電話連絡します。

**第1回8月19日(火)13:30～15:30**

『入門編』これからスマホを持つと考えている方や、基本操作に自信のない方におすすめ！

**第2回8月21日(木)13:30～15:30**

『基本とLINE(ライン)体験』電話とメールくらいしか使っていない方や、LINE・カメラ・地図などの基本操作を習得しよう！

**第3回8月25日(月)13:30～15:30**

『基本とキャッシュレス体験』キャッシュレス操作を覚えて活用しよう！

**第4回8月28日(木)13:30～15:30**

『基本と防災体験』いざという時にスマホが使えるように備えておきましょう。

※実地日1週間前に10名に満たない回は中止になります。



### ＜納涼輪投げ大会！＞

どなたでも申し込みできます！

日時:8月16日(土)13:30～15:00

定員:18名(先着順・申し込み制)

受付方法:8月1日(金)窓口にて受付開始

\*受付順に投げる順番を選べます。

大会終了後に表彰式を行います。表彰式に参加できない場合は表彰の権利がなくなります。



### ＜輪投げ練習会＞

日時:8月14日(木)10:00～11:30

大会にむけて練習しましょう！当日自由参加です。

### 新講座《声のアンチエイジング》

声の若返りをはじめませんか？

体操(喉、口、肺)30分、歌30分行います。

日時:8月27日(水)13:30～14:30

定員:20名(定員オーバー時は抽選になります)

受付:8月6日(水)～12日(火) 窓口、電話にて受付

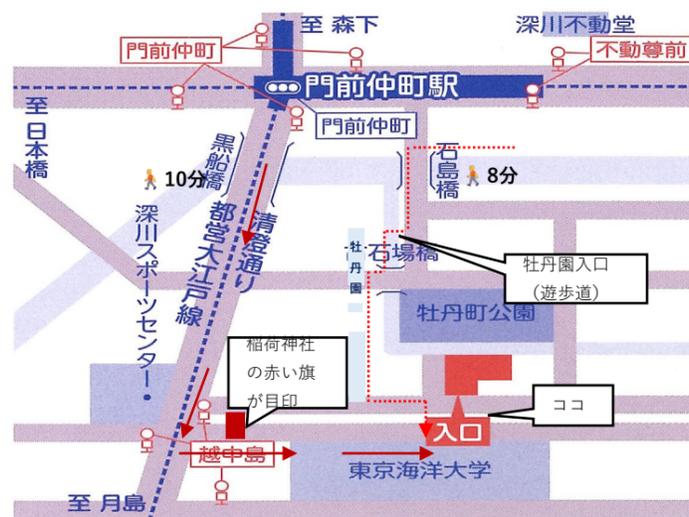
当選発表:8月18日(月)館内掲示・当選者のみ電話にて連絡します。

\*水分補給用の飲み物を持参して下さい。



### ＜今後の予告＞

- ・後期折り紙教室の受付開始(9月1日～13日)
- ・9月2日(火)防災講座
- ・9月6日(土)KOTO活き粋体操
- ・9月15日(月)敬老の日の集い
- ・9月16日(火)健康教育
- ・10月8日(水)メンズヨガ



交通案内  
【都バス】  
東22  
都07  
『不動尊前』  
又は  
『門前仲町』  
徒歩8分  
【地下鉄】  
門前仲町駅  
徒歩10分

講座の抽選は優先順位(初めての方を優先)をつけての抽選になります  
公平に講座を受けて頂くためにご理解のほどよろしくお願いいたします。

### 8月の介護予防グループ

### たんぽぽ

1日	(金)	レクリエーション	13:30～15:00	小倉 あけみ 先生
15日	(金)	のびのび体操	A13:30～ B14:20～	森山 由起子 先生
29日	(金)	シニアヨガ	A13:30～ B14:20～	勝又 摩吏 先生

※水分補給用の飲み物・タオルを持参してください