2026年 11月
古石場だより



古石場福祉会館
電話:080−9036−1394
運営:株式会社 明日葉
https://furuishiba-fukushi-jidou.jp

★ 定員に達している　○ 申し込み制　△ 当日参加ができる(越中島地区集会所)
☆ 定員に空あり　◎ 事前登録が必要　▲ 当日参加ができる（古石場文化センター）

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ♪	3	4	5	6	7
ラジオ体操がある日は、♪マーク。	△簡単ボッチャ 10:00~11:30 △ゆる脳トレ 13:30~14:30 △脳トレドリル 14:30~15:00		★輪踊り教室 10:00~11:15 ★やさしい英語教室 13:30~15:00	▲KOTO活き粋体操 10:00~11:00 ★チェアエクササイズ 13:30~14:30	△みんなの集い 9:30~11:45 ★たんぽぽ（レクリエーション） ※定員制 13:30~15:00	
8	9 ♪	10	11	12	13	14
悠々フェスティバル 10:00~15:30 ※総合区民センターで開催します！	△健康麻雀開放日 9:30~11:45 △みんなの集い 13:30~16:00	△みんなの集い 9:30~11:45 ★詩吟教室 13:30~15:00	△ゲームでスポーツ 10:00~11:30 ★書道教室 13:30~15:00	△みんなの集い 9:30~11:45 ◎民舞（講師活動） 13:30~15:00	★はじめての太極拳 10:00~11:30 ★たんぽぽ（リハビリ体操） 14:30~15:30	★パステルアート教室 10:00~11:30 ★おりがみ教室 13:30~15:00
15	16 ♪	17 ♪	18	19	20	21
	△みんなの集い 9:30~11:45 △みんなの集い 13:30~16:00	△みんなの集い 9:30~11:45 △みんなの集い 13:30~16:00	★輪踊り教室 10:00~11:15 ★やさしい英語教室 13:30~15:00	△輪投げ開放日 10:00~11:30 △大人のぬりえ 13:30~15:00	△みんなの集い 9:30~11:45 ★たんぽぽ（のびのび体操） ★A13:30~ ★B14:20~	
22	23	24	25 ♪	26 ♪	27	28
		△スカットボール 10:00~11:30 ★詩吟教室 13:30~15:00	△みんなの集い 9:30~11:45 △みんなの集い 13:30~16:00	★フラダンス教室 10:00~11:30 △輪投げ開放日 13:30~15:00	★たんぽぽ（シニアヨガ） ★A10:00~ ★B10:50~ △みんなの集い 13:30~16:00	
29	30 ♪					
	△みんなの集い 9:30~11:45 △ゆる脳トレ 13:30~14:30 △脳トレドリル 14:30~15:00					

ホームページより福祉会館の新着情報や講座の当選結果をご確認いただけます。おたよりと合わせてご利用下さい。

【電話番号の変更について】
欠席連絡や申込等のお電話は、平日9:30~17:00。
080−9036−1394にお願いします。
※土曜日・日曜日・祝日は、電話対応を行っていません。
※第2土曜日は、上記時間内で電話対応を行っています。

【出張事業について】
古石場福祉会館は休館しております。休館中は、出張事業を越中島地区集会所・古石場文化センター・牡丹町地区集会所にて実施します。

【越中島地区集会所での活動について】
・「みんなの集い」として、越中島地区集会所でお茶のみ場を設けています。午前中は、9:30~11:45。午後は、13:30~16:00です。予定表を確認して、ゆっくりしに是非いらしてください。

・10:00からの講座は、9:30から受付開始です。

・福祉会館の新規登録も越中島地区集会所で行うことができます。

・ごみのお持ち帰りにご協力ください。

11月の出張講座の予定



【悠々フェスティバル】
江東区内7館の合同イベントです。
日時:11月8日(日)10:00～15:30
場所:江東区総合区民センター

スポーツやちぎり絵体験、うたの広場等とたくさんの催し物があります。古石場福祉会館での講座の作品も展示されています♪

【簡単ボッチャ】 自由参加
日時:11月2日(月)10:00～11:30
場所:越中島地区集会所

初めての方でも楽しめるスポーツです。繰り返すうちに投げる感覚もつかめますので、挑戦してみてください。

【ゆる脳トレ・脳トレドリル／月2回】 自由参加
日時:11月2・30日(月)
ゆる脳トレ　13:30～14:30
脳トレドリル　14:30～15:00
場所:越中島地区集会所

どなたでも楽しく参加できるゆる～い脳トレ！1回目はカードゲーム、二回目は職員の考えた脳トレです。スタンプカードもご用意しています♪

【KOTO活き粋体操】 自由参加
日時:11月5日(木)10:00～11:00
場所:古石場文化センター

介護予防リーダーの方と一緒に筋力トレーニング、水彩音頭で楽しく運動しましょう。椅子に座ってのトレーニングも可能ですので、どなたでも参加できます。

【健康麻雀　開放日】 自由参加
日時:11月9日(月)9:30～11:45
場所:越中島地区集会所

麻雀ルールがある程度分かる方を対象とした開放日です。参加者同士でルールを決め譲り合ってご利用ください。※お教室形式ではありません。

【ラジオ体操】 自由参加
日時:13:30～
場所:越中島地区集会所

職員と一緒に第一と第二ラジオ体操を行います。日付は、カレンダーの♪マークの日をご確認ください。

【ゲームでスポーツ】 自由参加
日時:11月11日(水)10:00～11:30
場所:越中島地区集会所

ボーリングで楽しく体を動かしましょう。

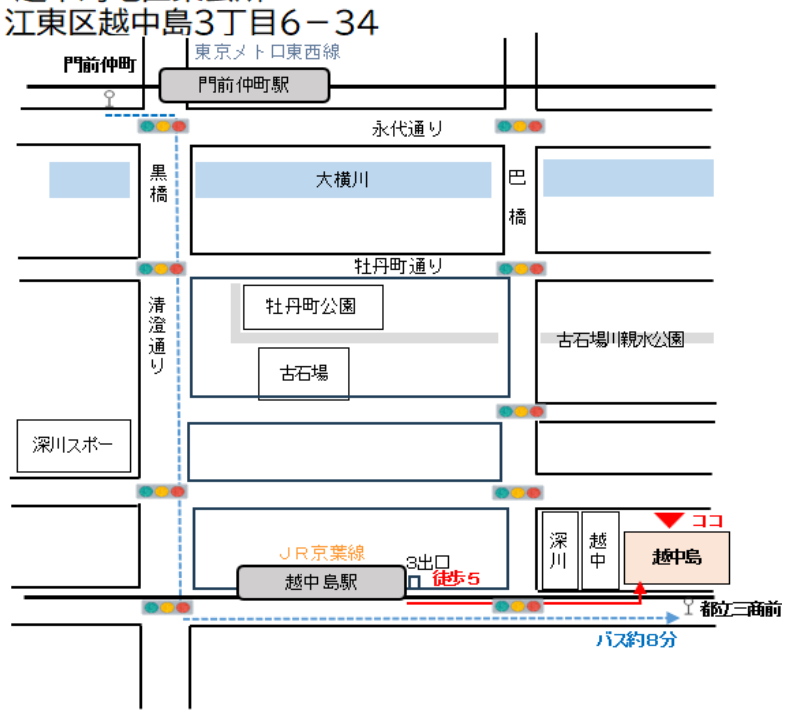
【輪投げ開放日】 自由参加
日時:11月19日(木)10:00～11:30
11月26日(木)13:30～15:00
場所:越中島地区集会所

会場の都合により、輪投げ会は開催しません。両日とも輪投げ練習となります。距離は2メートルです。

【スカットボール】 自由参加
日時:11月24日(火)10:00～11:30
場所:越中島地区集会所

スティックでボールを打ち、得点穴に入れて合計点を競います。みんなで盛り上がりましょう。

＜越中島地区集会所＞
江東区越中島3丁目6－34



＜古石場文化センター＞
江東区古石場2丁目13－2

