

塩浜福祉会館 5月のお知らせ

2025年

運営:株式会社 明日葉



江東区塩浜2-5-20

塩浜福祉プラザ2階

☎ 3647-3901

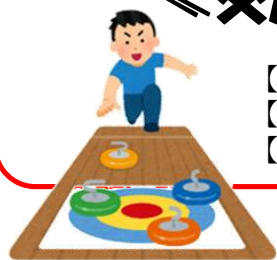
FAX 3647-1941

日	月	火	水	木	金	土
<p>☆は事前登録が必要となります！ お気軽にお問い合わせください♪</p>		<p>≪菖蒲湯≫ 腰痛や神経痛を和らげる効果があり、香りは、自立神経を安定させるアロマテラピー効果も期待できます！</p>		1	2	3
				<p>☆悠々クラブ 10:00 健康体操 10:30</p>	<p>菖蒲湯</p> <p>フラダンス 1:30</p>	<p>憲法記念日</p>
4	5	6	7	8	9	10
<p>みどり日</p>	<p>こどもの日 お風呂休み</p>	<p>振替休日</p>	<p>☆民謡教室 10:00 ☆民踊教室 (自主活動) 2:00</p>	<p>☆悠々クラブ 10:00 ☆民踊教室 1:30</p>	<p>☆詩吟教室 1:15</p>	<p>生き粋体操 10:00 カラオケタイム 11:00 ~2:30</p>
11	12	13	14	15	16	17
<p>休館日</p>	<p>お風呂休み</p>	<p>リズムの集い 1:30</p>	<p>憩いの場 1:30 ☆民踊教室 (自主活動) 2:00</p>	<p>☆悠々クラブ 健康教育 10:30 レクリエーション 1:30</p>		<p>カラオケタイム 11:00 ~2:30</p>
18	19	20	21	22	23	24
<p>卓球タイム 10:00~12:00 1:00~4:00 お風呂休み</p>	<p>お風呂休み</p>	<p>☆なごみの会 1:30</p>	<p>☆民謡教室 10:00 ☆民踊教室 (自主活動) 2:00 交流タイム 3:00</p>	<p>☆悠々クラブ 10:00 ☆体力測定会 1:30</p>	<p>☆詩吟教室 1:15</p>	<p>生き粋体操 10:00 カラオケタイム 11:00~2:30</p>
25	26	27	28	29	30	31
<p>休館日</p>	<p>お風呂休み</p>	<p>カラオケタイム 11:00 ~2:30</p>	<p>転倒予防体操 1:30 ☆民踊教室 (自主活動) 2:00</p>	<p>☆悠々クラブ 10:00 口腔ケア教室 1:30</p>	<p>e-スポーツ 1:30</p>	<p>カラオケタイム 11:00~2:30 お楽しみ会 2:30</p>

《交流タイム》

当日申込み

今月は『輪投げ』です♪
奮ってご参加ください☆



【日時】5月21日(水) 午後3時～
【場所】塩浜福祉会館 洋室(大)
【定員】10名(当日先着順)

児童館のこどもたちと『輪投げ』で対戦します！
初めての方も大歓迎♪みんなでワイワイしながら
楽しみましょう☆

《e-スポーツ》

「太鼓の達人」です！ご参加ください☆

【日時】5月30日(金) 午後1時30分～
【場所】塩浜福祉会館 洋室(大)
【定員】10名(当日先着順)



《体力測定会》



ご自身の体力を測定してみませんか？
参加をお待ちしております♪

【日時】5月22日(木) 午後1時30分～
【場所】塩浜福祉会館 洋室(大)
【受付】4月25日(金)より事務室にて受け
【持参】介護予防手帳・タオル・水分補給

※電話での申込み・代理での受付はできません

事前登録です



《お楽しみ会》

「スカットボール」です！
ご参加ください☆

【日時】5月31日(土) 午後2時30分～
【場所】塩浜福祉会館 洋室(大)
【定員】14名(当日先着順)



自由参加講座

名称	日にち	時間	場所	講師・内容
健康体操	1日(木)	10:30～	洋室(大)	内山 雄治先生
フラダンス	2日(金)	1:30～	洋室(小)	小山 佳代子先生
カラオケタイム	10・17・24・27・31日	11:00～	洋室(大)	
活き粋体操	10・24日(土)	10:00～	洋室(大)	
リズムの集い	13日(火)	1:30～	洋室(大)	金田 恵美子先生
憩いの場	14日(水)	1:30～	洋室(大)	脳トレ・ぬりえなど自由参加
健康教育	15日(木)	10:30～	洋室(大)	深川南部保健相談所
レクリエーション	15日(木)	1:30～	洋室(大)	小山 亮二先生
卓球タイム	18日(日)	10:00～/1:00～	洋室(大)	
転倒予防体操	28日(水)	1:30～	洋室(大)	森山 由起子先生
口腔ケア教室	29日(木)	1:30～	洋室(大)	金田 恵美子先生

事前登録講座 (☆の講座は事前登録が必要・お問い合わせください)

名称	日にち	時間	場所	講師・内容
悠々クラブ	1・8・15・22・29日(木)	10:00～	洋室(小)	寝たきりや閉じこもりにならないためのグループ
民謡教室(自主活動)	7・14・21・28日(水)	2:00～	洋室(小)	
民謡教室	7・21日(水)	10:00～	洋室(大)	佐々木 雄翔先生
民謡教室	8日(木)	1:30～	洋室(大)	永田 通子先生
詩吟教室	9・23日(金)	1:15～	洋室(大)	尾川 澤心先生
なごみの会	20日(火)	1:30～	洋室(大)	