

塩浜福祉会館 9月のお知らせ

2025

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
♡ 自由参加講座 ☆ 事前登録講座	1 ♡ 避難訓練 11:00 ♡ 防災講座 1:30 お風呂休み	2 ♡リズムの集い 1:30	3 ☆民踊教室 (自主活動) 2:00	4 ☆悠々クラブ 10:00 ♡健康体操 10:30	5 ♡フラダンス 1:30	6 ♡カラオケタイム 11:00 ~2:30
7 ♡卓球タイム 10:00~12:00 1:00~4:00 初心者大歓迎 お風呂休み	8 お風呂休み	9 ♡カラオケタイム 11:00 ~2:30	10 ♡憩いの場 1:30 ☆民踊教室 (自主活動) 2:00	11 ☆悠々クラブ 10:00 ☆民踊教室 1:30	12 ♡敬老 おいおい会 11:00 ☆詩吟教室 1:15	13 ♡活き粋体操 10:00 ♡カラオケタイム 11:00 ~2:30
14 休館日	15 ♡敬老の集い 『三味線と民謡の集い』 1:30 ♡なごみの会 1:30	16 ☆民謡教室 10:00 ☆民踊教室 (自主活動) 2:00 ♡交流タイム 3:00	17 ☆悠々クラブ 10:00 ☆体力測定会 10:30 ♡レクリ エーション 1:30	18 ☆悠々クラブ 10:00 ☆民謡教室 10:00 ☆民踊教室 (自主活動) 2:00 ♡カラオケタイム 11:00 ~2:30	19 ☆書道教室 1:30	20 ♡カラオケタイム 11:00 ~2:30
21 ♡卓球タイム 10:00~12:00 1:00~4:00 初心者大歓迎 お風呂休み	22 ♡人生 生き生き講座 1:30 お風呂休み	23 秋分の日	24 ♡転倒予防体操 1:30 ☆民踊教室 (自主活動) 2:00	25 ☆悠々クラブ 10:00 ♡職員による チャレンジ講座 10:30 ♡口腔ケア 1:30	26 ☆詩吟教室 1:15	27 ♡活き粋体操 10:00 ♡カラオケタイム 11:00~2:30 ♡お楽しみ会 2:40
28 休館日	29 お風呂休み	30 カラオケタイム 11:00 ~2:30	9月15日(月) 1時30分~2時30分 三味線と民謡の集い 雲竹清和会・喜代富三会の皆様による集いです！			

【 敬老おいわい会 】

【日 時】 9月12日(金) 11時～【場 所】 洋室(大)
【定 員】 当日先着20名

児童館のこども達が余興を披露してくれます。ぜひ見に来てください！！



【 防 災 訓 練 】

【日 時】 9月1日(月)
①避難訓練 11時～
②防災講座 1時半～
【場 所】 洋室(大)

児童館と合同で避難訓練を行います。防災講座では地震への備えと自分に合った避難行動を学びます。

【 体 力 測 定 会 】

【日 時】 9月18日(木)10時半～
【場 所】 洋室(大) 【定員】先着25名
【申込期間】 8月25日(月)～9月13日(土)
【申込方法】 事務室にて受付ます
【持 参】 介護予防手帳・タオル・水分補給
※電話での申込み・代理の受付はできません。

自分の
体力を
知ろう！



【 人生・生き活き講座 】

介護保険を必要な時に活用できるよう、その基本を学びます。

【日 時】 9月22日(月)1時半～
【場 所】 洋室(大)
【定 員】 当日先着20名

介護保険を
上手に利用しよう



【職員によるチャレンジ講座】

【日 時】 9月25日(木)10時半～
【場 所】 洋室(大)
【定 員】 当日先着20名
・第2回ウルトラクイズに挑戦！
・折り紙で工作をしてみよう！

塩浜独自の講座
です。職員と利用者で
過ごすふれあいの
一コマです。



【 口 腔 ケ ア 】

～お口から始める健康づくり～

【日 時】 9月25日(木)1時半
【講 師】 金田 恵美子先生
【場 所】 洋室(大)
【定 員】 当日先着20名

健口体操・噛むこと・
お口の清潔などで
免疫力アップ！

* 自由参加講座 *



福祉会館は6月1日(日)～9月30日(火)「高齢者猛暑一時休憩所」として指定されています

名称	日にち	時間	場所	講師・内容
リズムの集い	2日	1:30～	洋室(大)	金田 恵美子先生
健康体操	4日	10:30	洋室(大)	内山 雄二先生
フラダンス教室	5日	1:30～	洋室(小)	小山 佳代子先生
カラオケタイム	6・9・13・20・27・30日	11:00～	洋室(大)	
卓球タイム	7・21日	10:00～/1:00～	洋室(大)	
憩いの場	10日	1:30～	洋室(大)	脳トレ・ぬりえなど自由にご参加ください
活き粋体操	13・27日	10:00～	洋室(大)	
交流タイム	17日	3:00～	洋室(大)	今月は『スカットボール』をやります
レクリエーション	18日	1:30～	洋室(大)	小山 亮二先生
転倒予防体操	24日	1:30～	洋室(大)	森山 由起子先生
お楽しみ会	27日	2:40～	洋室(大)	今月は『羽っこゲーム干支セトラ』をやります

* 事前登録講座 * (☆の講座は事前登録が必要となります。お問い合わせください)

名称	日にち	時間	場所	講師・内容
民踊教室(自主活動)	3・10・17・24日	2:00～	洋室(小)	
悠々クラブ	4・11・18・25日	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
民踊教室	11日	1:30～	洋室(大)	永田 通子先生
詩吟教室	12・26日	1:15～	洋室(大)	尾川 澤心先生
なごみの会	16日	1:30～	洋室(大)	
民謡教室	17日	10:00～	洋室(大)	佐々木 雄翔先生
書道教室	19日	1:30～	洋室(大)	市川 彩夏先生