

塩浜福祉会館 12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 ♡ 人生・生き活き講座 1:30 お風呂休み	2 ♡ リズムの集い 1:30	3 ☆ 民謡教室 10:00 ☆ 民踊教室 (自主活動) 2:00	4 ☆ 悠々クラブ 10:00 ☆ ヴォイストレーニング 1:30	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 ☆ 塩浜囲碁会 1:00 ☆ 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 お風呂休み	16 ☆ なごみの会 1:30	17 ☆ 民謡教室 10:00 ☆ 民踊教室 (自主活動) 2:00 ♡ 交流タイム 3:00	18 ☆ 悠々クラブ 10:00 ☆ 体力測定会 10:30 ♡ レクリエーション 1:30	19 ☆ 塩浜囲碁会 1:00 ☆ 書道教室 1:30	20  ゆず湯 ♡ 年忘れビンゴ大会 1:30
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 ☆ レジンで小物づくり ① 1:30 ② 2:45 お風呂休み	23 ♡ カラオケタイム 11:00 ~ 2:30	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 ♡ リフレッシュダンス 10:30	26 ☆ 塩浜囲碁会 1:00 ♡ e-sports ボウリング 1:30	27 ♡ カラオケタイム 11:00 ~ 2:30
28 休館日	29 休館日	30 休館日	31 休館日	【 年忘れビンゴ大会 】 ~今年最後はビンゴで運だめし!!~ 【日 時】 12月20日(土)1時30分 【場 所】 洋室(大) 【定 員】 当日先着50名 素敵なプレゼントを用意しています! 多くの参加をお待ちしております♪ 		

【 人生・生き活き講座 】

～住み慣れた地域で最期まで私らしく暮らすために～

【日 時】 12月1日(月) 1時30分
【場 所】 洋室(大)
【定 員】 当日先着20名

元気な時から知っておきたい在宅療養を学びます！

【 交流タイム 】

～児童館の子ども達と交流しよう～

【日 時】 12月17日(水)
3時
【場 所】 洋室(大)
【定 員】 当日先着20名

今月はモルックを行います！



申込制

【 体力測定会 】

～今の体力を知り、今後に備えよう！～

【日 時】 12月18日(木)10時30分
【場 所】 洋室(大) 【定員】先着25名
【申込期間】 11月25日(火)～12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。

栄養学の講話もあります！



【 e-sports ボウリング 】

～皆で躍動感を体感しよう！！～

【日 時】 12月26日(金)1時30分
【場 所】 洋室大
【定 員】 当日先着20名

ゲーム機を使ったボウリング！
自由参加です！奮ってご参加ください♪



申込制

【 レジンで小物作り パート2 】

～ドライフラワーを入れた可愛いストラップ～

【日 時】 12月22日(月) ①午後1時30分～
②午後2時45分～

【場 所】 塩浜福祉会館 洋室(大)
【定 員】 13名(定員を超えた場合は抽選)
【申込期間】 11月25日(火)～12月12日(金)
【申込方法】 事務室にて受け付けます。
【抽 選】 12月13日(土)午後3時(応募多数の場合)

※10月のレジン小物作りと同様のものを作ります。10月に当選された方はご遠慮頂きますようお願いいたします。

新年は1月4日(日)から開館します。
よいお年をお迎えください！



自由参加講座

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
フラダンス	5日	1:30～	洋室(小)	小山 佳代子先生
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日	10:00～	洋室(大)	
カラオケタイム	6・9・13・23・27日	11:00～	洋室(大)	
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
リフレッシュダンス	25日	10:30～	洋室(大)	小倉 あけみ先生
卓球タイム	7・21日	10:00～/1:00～	洋室(大)	

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
民謡教室	3・17日	10:00～	洋室(大)	佐々木 雄翔先生
民踊教室(自主活動)	3・10・17・24日	2:00～	洋室(小)	
民踊教室	11日	1:30～	洋室(大)	永田 通子先生
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
ヴォイストレーニング	4日	1:30～	洋室(大)	岩渕 みわ先生
塩浜囲碁会	12・19・26日	1:30～	洋室(小)	
詩吟教室	12日	1:15～	洋室(大)	尾川 澤心先生
なごみの会	16日	1:30～	洋室(大)	
書道教室	19日	1:30～	洋室(大)	市川 彩夏先生