

塩浜福祉会館1月のお知らせ

2026

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
<div>♡自由参加講座</div> <div>☆事前登録講座</div> <div>作品展示会 1/13(火)～ 1/24(土)</div> <div>ぬりえ 書道 手工芸など展示</div>			謹賀新年 今年もよろしく お願いします	1 休館日	2 休館日	3 休館日
4 ♡卓球タイム 10:00～12:00 1:00～4:00 初心者大歓迎 お風呂休み	5 お風呂休み	6 ♡リズムの集い 1:30	7 ☆民踊(自主) 2:00	8 ☆悠々クラブ 10:00	9 ♡シニアヨガ 10:00 ☆塩浜囲碁会 1:00 ☆詩吟教室 1:15	10 ♡活き粋体操 10:00 ♡カラオケタイム 11:00～2:30
11 休館日	12 成人の日	13 ♡カラオケタイム 11:00～2:30	14 ♡憩いの場 1:30 ☆民踊(自主) 2:00	15 ☆悠々クラブ 10:00 ♡レクリエーション 1:30	16 ☆塩浜囲碁会 1:00 ☆書道教室 1:30	17 ♡カラオケタイム 11:00～2:30
18 作品展示会1月13日～24日	19 ♡防災講座 1:30 お風呂休み	20 ☆なごみの会 1:30	21 ☆民謡教室 10:00 ☆民踊(自主) 2:00 ♡交流タイム 3:00	22 ☆悠々クラブ 10:00 ♡長寿サポート 相談会 1:30	23 ☆塩浜囲碁会 1:00 ☆詩吟教室 1:15	24 ♡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
25 休館日	26 お風呂休み	27 ♡乳幼児と 高齢者の交流会 10:30 ☆レジンで キーホルダー 作り 1:30	28 ♡転倒予防教室 1:30 ☆民踊(自主) 2:00	29 ☆悠々クラブ 10:00 ♡介護予防教室 1:30	30 ☆塩浜囲碁会 1:00 ♡人生生き活き 講座 1:30	31 カラオケ大会 1:00

申込制

【カラオケ大会】

竹花陽子歌謡ショー

出演者の方は竹花陽子先生による講評がありますので
練習の成果をご披露ください♪

【日 時】1月31日(土)1時～3時

【場 所】洋室(大)

【定 員】12名(定員を超えた場合は抽選)

【申込期間】12月23日(火)～1月10日(土)

【申込方法】事務室にて

【抽 選 日】1月13日(火)3時30分～電話でも確認できます

抽選結果は館内に掲示

電話でも確認ができます



【防災講座】

迫りくる災害に対する備えと避難行動

【日 時】1月19日(月)

1時30分

【場 所】洋室(大)

【定 員】当日先着20名

関東大震災などこれまでの
教訓から命と生活を守る
対応を考える

申込制【レジンでキーホルダー作り】 ～ポニー型のチャームを作ろう～

【日 時】1月27日(火)1時30分

【場 所】洋室(大)

【定 員】15名(定員を超えた場合は抽選)

【申込期間】12月23日(火)～1月10日(土)

【抽 選 日】1月13日(火)3時30分～

抽選結果は館内に掲示

電話でも確認ができます

【申込方法】事務室にて



【人生生き活き講座】

誰もがなりうる認知症を知ろう

～どんな病気？予防は？診断がでたらどうする？～

【日 時】1月30日(金)1時30分

【講 師】芝山 宣也(看護師)

【場 所】洋室(大)

【定 員】当日先着20名

認知症を正しく
理解し、自分事として
考えよう

【長寿サポート】

相 談 会

被害者にならない
ための深川警察署の話

【日時】1月22日(木)

1時30分

【場所】洋室(大)

【演 芸 大 会】

事前告知

日頃の成果を発表する場です

【日時】3月7日(土)

【場所】洋室(大)

詳しくは2月に掲載予定



自由参加講座

名称	日にち	時間	場所	講師・内容
卓球タイム	4・18日	10:00～/1:00～	洋室(大)	
リズムの集い	6日	1:30～	洋室(大)	金田恵美子先生
カラオケタイム	10・13・17・24日	11:00～	洋室(大)	
活き粋体操	10・24日	10:00～	洋室(大)	
憩いの場	14日	1:30～	洋室(大)	脳トレ・ぬりえなど自由にご参加ください
交流タイム	21日	3:00～	洋室(大)	今月は『釣りっこ』をやります
お楽しみ会	24日	2:40～	洋室(大)	今月は『e-sport』をやります
乳幼児交流会	27日	10:30～	洋室(大)	『箱の中身当て』で新年から笑顔
転倒予防体操	28日	1:30～	洋室(大)	森山由起子先生
介護予防教室	29日	1:30～	洋室(大)	北原千壽子先生

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(自主活動)	7・14・21・28日	2:00～	洋室(小)	
悠々クラブ	8・15・22・29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
詩吟教室	9・23日	1:15～	洋室(大)	尾川澤心先生
塩浜囲碁会(自主活動)	9・16・23・30日	1:00～	洋室(小)	
書道教室	16日	1:30～	洋室(大)	市川彩夏先生
なごみの会	20日	1:30～	洋室(大)	
民謡教室	21日	10:00～	洋室(大)	佐々木雄翔先生