

塩浜福祉会館 6月のお知らせ

2026

江東区塩浜2-5-20

塩浜福祉プラザ2階

☎ 3647-3901

FAX 3647-1941



運営: 株式会社明日葉

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	カラオケタイム 11:00~2:30 お風呂休み	リズムの集い 1:30~3:00	おすすめ! リフレッシュ ダンス 1:30~2:30 ★民踊教室 (自主活動) 2:00~3:30	悠々クラブ 10:00~3:00 ヴォイス トレーニング 1:30~3:00	シニアヨガ 10:30~11:30 塩浜 囲碁・将棋会 1:00~3:00	カラオケタイム 11:00~2:30
7	8	9	10	11	12	13
卓球タイム 10:00~12:00 1:30~3:30 初心者歓迎 お風呂休み	第3回 ヘルスケア 1:30~2:30 「運動の基本は ウォーキング」 お風呂休み	民謡教室 1:30~3:00	憩いの場 1:30~3:00 ★民踊教室 (自主活動) 2:00~3:30	悠々クラブ 10:00~3:00 ★民踊教室 1:30~3:00	塩浜 囲碁・将棋会 1:00~3:00 ★詩吟教室 1:15~2:45	生き粋体操 10:00~10:30 カラオケタイム 11:00~2:30
14	15	16	17	18	19	20
休館日	カラオケタイム 11:00~2:30 お風呂休み	輪踊り 10:30~12:00 初心者歓迎 ★なごみの会 1:30~3:00	★民踊教室 (自主活動) 2:00~3:30 交流タイム 3:00~4:00	悠々クラブ 10:00~3:00 レクリエーション 1:30~3:00	書道教室 1:30~3:00 フラダンス 1:30~3:00	カラオケタイム 11:00~2:30
21	22	23	24	25	26	27
卓球タイム 10:00~12:00 1:30~3:30 初心者歓迎 お風呂休み	カラオケタイム 11:00~2:30 お風呂休み	乳幼児と高齢者の 交流会 10:30~11:00 民謡教室 1:30~3:00	転倒予防体操 1:30~2:30 ★民踊教室 (自主活動) 2:00~3:30	悠々クラブ 10:00~3:00 長寿サポート 相談会 1:30~3:00	塩浜 囲碁・将棋会 1:00~3:00 ★詩吟教室 1:15~2:45	生き粋体操 10:00~10:30 カラオケタイム 11:00~2:30 お楽しみ会 2:40~3:40
28	29	30		おすすめ! リフレッシュダンス 6月3日(水) 1:30~2:30 洋室(大) 講師 小倉 あけみ先生 音楽にあわせて体を動かし、楽しみながら血行促進、気分転換、脳の活性化を促す健康法です。		 第3回 ヘルスケア 6月8日(月) 1:30~2:30 洋室(大) 講師 勅使川原 郁恵先生 「歩くことは生きること」 太もも・股関節・足の連動 についての運動をします。
休館日	卓球タイム 10:00~12:00 1:30~3:30 ◆レジンで子猫の チャーム作り 1:30~3:00 お風呂休み	注目! 塩浜防災講座 1:30~2:30 洋室(大) 講師 山崎 正雄先生 (防火防災危機管理アドバイザー) 災害を生き延びるために、 専門家が防災の「急所」を わかりやすく解説!				

◆: 申込制講座

★: 事前登録講座

無印: 自由参加講座

熱中症 予防

《猛暑時の一時休憩所としてご利用ください》

福祉会館は6月1日(月)～9月30日(水)まで「高齢者猛暑一時休憩所」として指定されています。熱中症対策としてご利用ください。



オスス×! 《輪踊い》を体験してみませんか

【日時】6月16日(火) 10:30～12:00

【場所】洋室(大)

初心者歓迎



おなじみの音楽にあわせて輪になって踊ります。

楽しく一緒に踊りませんか。

*自由参加講座

交流タイム

児童館の子供と一緒に遊ぼう!

【日時】6月17日(水)
3:00～4:00

【場所】洋室(大)

今月は「うちわりレー」をやります。ぜひご参加ください。

*自由参加講座



乳幼児と 高齢者の交流会

【日時】6月23日(火)
10:30～11:00

【場所】洋室(小)

今月は「手遊び」。児童館の乳幼児と一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

*自由参加講座



《申込制》レジンで子猫のチャーム作り

【日時】6月29日(月) 1:30～3:00

【場所】洋室(小)

【定員】15名 定員を超えた場合は抽選

【申込期間】5月25日(月)～6月13日(土)

【申込方法】事務室にて受付

【抽選日時】6月15日(月) 3:00

※抽選結果は館内に掲示します。

電話でも結果は確認できます。



《長寿サポート相談会》

【日時】6月25日(木) 1:30～3:00

【場所】洋室(大)

警察署より、道路交通法改正(自転車の青切符など)についての講話になります。

*自由参加講座



自由参加講座 **おいせ** 熱中症アラート発令により、講座・イベントを中止または延期する場合があります。

名称	日にち	時間	場所	講師・内容
カラオケタイム	1・6・13・15・20・22・27日	11:00～	洋室(大)	
リズムの集い	2日	1:30～	洋室(大)	金田 恵美子先生
ヴォイストレーニング	4日	1:30～	洋室(大)	岩渕 みわ先生
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
シニアヨガ	5日	10:30～	洋室(小)	小島 智文(ちあや)先生
塩浜囲碁・将棋会	5・12・26日	1:00～	洋室(小)	
卓球タイム	7・21・29日	10:00～1:30～	洋室(大)	
民謡教室	9・23日	1:30～	洋室(大)	佐々木 雄翔先生
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・27日	10:00～	洋室(大)	
レクリエーション	18日	1:30～	洋室(大)	小山 亮二先生
書道教室	19日	1:30～	洋室(大)	市川 彩夏先生
フラダンス	19日	1:30～	洋室(小)	小山 佳代子先生
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『スカットボール』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
詩吟教室	12・26日	1:15～	洋室(大)	尾川 澤心先生
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
なごみの会	16日	1:30～	洋室(大)	