

元気の薬箱

爪水虫について

日時：9月26日(火)
10:00~11:00
場所：第一教養娯楽室
定員：15名
申込受付：9月14日(木)~
センター窓口または電話

レクダンス

日時：①9月2日(土)
②9月16日(土)
15:30~16:30
場所：体育室

自由参加です!



映画鑑賞会

「一人息子」
小津安二郎

日時：9月30日(土)
① 10:00~11:30
② 13:30~15:00
場所：会議室
定員：各60名
申込受付：9月15日(金)~
センター窓口または電話

傾聴いきいきサロン

日時：9月14日(木)
13:30~15:00
場所：会議室
定員：8名
申込受付：随時
センター窓口または電話

食べるにこだわる講座

日時：①9月8日(金)
食事のスタート「お口」も健康に
②9月25日(月)
お口の病気と全身疾患
10:00~11:30
場所：会議室 定員：60名
申込受付：①8月30日(水)~
②9月11日(月)~
センター窓口または電話

ラ・ラ・ラ・ハーモニー

「歌声サロン」「みんなのコーラス」
未受講者対象です!

日時：9月28日(木)
13:30~15:00
場所：会議室
定員：80名
申込受付：9月11日(月)~
センター窓口または電話



折り紙で壁面装飾

日時：9月20日(水)
13:30~15:00
場所：会議室
定員：30名
申込受付：9月9日(土)~
センター窓口または電話



大人のぬりえ倶楽部

日時：9月22日(金)
13:30~15:00
場所：会議室
定員：30名位
申込受付：今回から自由参加です!
直接お越しください。

ふれあいカルチャー

日時：9月26日(火)
13:30~15:00

場所：第二教養娯楽室

受付：9月16日(土)~

定員：12名

申込受付：センター窓口または電話

内容は館内チラシ・ポスターをご覧ください

ジョイ JOYく☆ら☆ぶ

「はじめての
フラダンス」

日時：9月29日(金)
13:30~15:00

場所：体育室

定員：30名

申込受付：9月15日(金)~
センター窓口または電話

オレンジリングネットワーク

日時：9月23日(土)
13:30~15:00

場所：会議室

定員：60名

申込受付：随時

センター窓口または電話

オレンジリングを
お持ちの方対象の
継続講座です！

内容は館内チラシ・ポスターをご覧ください

筋力マシンアドバイス

運動器具の効果的な使用方法を学べます！

日時：①9月12日(火)
②9月23日(土)
13:30~15:00

場所：①訓練室 ②体育室・訓練室

定員：①10名 ②15名 先着順

申込受付：9月1日(金)~
センター窓口または電話

NEW ゆったりタイム

住民主体型サロンスタート！

日時：9月21日(木)

場所：時間・場所等詳細は館内チラシ・
ポスターをご覧ください

定員：各20名

申込受付：9月11日(月)~ 先着順
センター窓口または電話

体操

手芸

軽食

いずれかの参加でも、
すべて参加でもOK



介護予防事業説明会 サービスCについて

主催：砂町長寿
サポート
センター

元気度チェック、座ってできる体操

日時：9月29日(金)
14:00~16:00

場所：会議室

定員：40名 先着順

申込受付：9月8日(金)~
センター窓口または電話



流し踊り参加者募集

日時：10月1日(日)
9:00集合

場所：会議室

定員：10名 先着順

申込受付：随時

センター窓口または電話



江東区民まつり 砂町地区大会への参加です！

ふれあいセンター 交流事業

～宿題お助け隊が行く～



俳句 作成中

かわいごんラッス
→
シートができたよ!

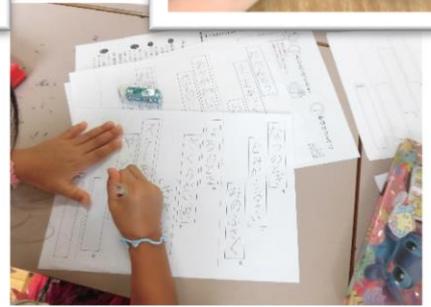


素敵な俳句が
次々完成←



将棋 対局中

夏休み中の砂町小学校の子どもたちに、ふれあいセンターの利用者さんが「将棋」「手芸」「俳句」を教えに行きました！意外と手強い棋士・器用な女子・大人顔負けの俳人…の出現にこちらもビックリな楽しい時間でした！



施設紹介

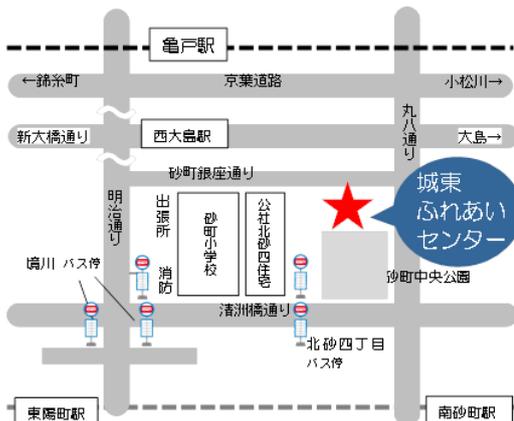
事前の予約・申込み等の必要はありません。自由にご利用ください！

おしゃべり・憩いの場	第一教養娯楽室	終日	囲碁や将棋などを楽しめるスペースです。
カラオケ	第一教養娯楽室	月・水・金	9:30～11:30
		火・木・土	13:00～16:00 ←延長しました！
入浴	浴室	月・水・金	12:00～15:00 祝日はお休みです。
運動器具 各種	訓練室	終日	第2火曜日・第4土曜日に使用方法のアドバイスをうけられます。アドバイスは申込制。
ヘルストロン	図書コーナー	終日	1日1回20分間ご利用できます。
健康相談	健康相談室	月・水・木	10:00～16:00 西田先生(保健師)
		火・金	13:00～16:00 小野寺先生(看護師) 祝日はお休みです。

自由参加

お気軽にご参加ください！

ゆうゆう体操	体育室	日曜・祝日・水曜を除く毎朝	9:05～ 9:30
		水曜日は拡大版	15:00～16:00
手芸クラブ	第2教養娯楽室	第3月曜日・第4月曜日	13:30～15:00



城東ふれあいセンター (城東老人福祉センター)

住所：江東区北砂4丁目20番12号

電話番号：3640-8651

開館時間：午前9時～午後9時30分 (個人利用は午後5時まで)

休館日：毎月第二・四日曜日、年末年始

ホームページ：[城東ふれあい for you](#)



ふれあいセンター

Tel
3640-8651

〒136-0073 江東区北砂4丁目20番地12号 FAX 3699-6744 平成29年(2017年)7月25日発行



新しいこと始めてみませんか？

教養講座 受講生募集

10月開講講座の受講生を募集します！

申込受付：9月1日(金)～3日(日)

9:30～16:00

62円

入館票 & **62円ハガキ**を持参の上、センター窓口へ

郵便ハガキが**62円**に値上がりしています！

1講座につき1枚のハガキをお持ちください。

ハガキのオモテ面にご自分の住所・氏名をご記入ください。



対象者：60歳以上の区内在住者でふれあいセンター登録者。

未登録の方は、保険証・免許証等を持参の上登録手続きを行ってください。

※最後まで継続して受講する意欲のある方が対象です。受講決定後のキャンセルはできません！

敬老ふれあいコンサート

出演：砂町ジャズバンド、田代しげる&エスカルゴ
With 竹山未来

日時：9月18日(月) 13:30～15:00

場所：体育室

定員：90名 先着順

申込受付：9月4日(月)～ 窓口または電話



迎賓館へGO

お待たせしました！
団体予約取れました！



日時：9月22日(金)
10:00 門前仲町集合

申込受付：9月4日(月)～9日(土)
センター窓口へハガキ持参

場所：迎賓館赤坂離宮
定員：30名 応募多数の場合抽選

抽選：9月11日(月)
参加費：800円(条件により無料の場合有)