

ふれあい寄席

「白扇の会」の皆さんによる落語・講談です

日 時 : 2月17日(日)
14:00~15:40
場 所 : 第1教養娛樂室
定 員 : 50名程度
先着順

申込受付 : 2月3日(日)~
申込方法 : センター窓口または電話

落語	「ちはやふる」	建樂
落語	「初音の鼓」	日軒
講談	「お富子三郎」	紅吉
落語	「時そば」	文具



映画鑑賞会

上映作品 : 黄昏 (1951年アメリカ)
監督: ウィリアム・ワイラー
主演: ローレンス・オリヴィエ
日 時 : 2月3日(日)
①10:00~
②13:30~
1日2回上映 112分
場 所 : 会議室

自由参加

カラオケ懇談会



日 時 : 2月5日(火)
13:00~13:30
場 所 : 第1教養娛樂室

カラオケ利用について、皆さまの意見を広くお聞かせ下さい！より良い利用方法を皆様と一緒に考えたいと思います。たくさんの方の参加をお待ちしています！

食べるにこだわる講座



日 時 : ①2月14日(木) 栄養
低栄養について
②2月21日(木) 口腔
口内炎について
①②共10:00~11:30
場 所 : 第2教養娛樂室
定 員 : 15名 先着順
申込受付 : ①2月 4日(月)~
②2月11日(月)~
申込方法 : センター窓口または電話

大人のぬり絵倶楽部



日 時 : 2月12日(火)
13:30~15:00
場 所 : 会議室
定 員 : 30名程度

自由参加

「さいちのぬりえ」「脳がみるみる若返るぬりえ」をやっています。



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

日 時 : 2月28日(木)
13:30~15:00
場 所 : 会議室
定 員 : 80名 先着順

自由参加

大人の朗読

朗読ボランティアによる読みきかせ講座です

日 時 : ①2月12日(火)
②2月26日(火)
10:00~11:00
場 所 : 第1教養娛樂室



北砂小交流会

日 時 : ①2月18日(月)

11:00頃～

②2月26日(火)

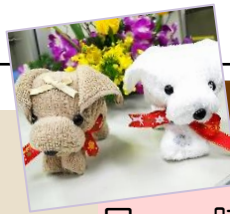
13:50頃～

自由参加

場 所 : 体育室

北砂小の4年生が皆様と一緒に楽しめる企画を一所懸命考えてくれました!

保育園の子どもたちもきます!



タオル一枚で作る子犬

日 時 : 2月9日(土)・2月16日(土)

2日間来られる方 10:00～11:30

場 所 : 第2教養娯楽室

定 員 : 15名 応募多数の場合抽選

申込受付 : 1月28日(月)～2月2日(土)

申込方法 : センター窓口または電話

元気の薬箱

日 時 : 2月8日(金)

10:30～11:30

場 所 : 会議室

定 員 : 30名 先着順

申込受付 : 2月1日(金)～

申込方法 : センター窓口または電話



オレンジリングネットワーク

「ユマニチュードと介護」

日 時 : 2月23日(土)

13:30～15:00

場 所 : 会議室 定 員 : 30名

申込受付 : 随時

申込方法 : センター窓口または電話

注目の認知症ケア「ユマニチュード」を学びます

血管年齢・骨密度測定会

日 時 : ①3月1日(金) 血管測定

②3月2日(土) 骨密度測定

受付時間 ①10:00～11:30、13:30～15:00

②10:00～11:30、13:00～14:00

場 所 : 体育室

申込不要。当日直接

お越しください。



筋力マシンアドバイス

各種運動器具の効果的な使い方を学びます

日 時 : 2月12日(火)

13:30～15:00

場 所 : 訓練室

定 員 : 10名 先着順

申込受付 : 2月1日(金)～

申込方法 : センター窓口または電話

おりがみふあん

日 時 : 2月19日(火)

13:30～15:00

場 所 : 会議室

定 員 : 35名 先着順

申込受付 : 2月9日(土)～

申込方法 : センター窓口または電話

百合の花を折ります



気まぐれ立体折紙

日 時 : 2月5日(火) ハートのリース

2月16日(土) かご

10:00～12:00

場 所 : 第1教養娯楽室

持 ち 物 : いろいろな色の折紙



ゆったりデー



日 時： 2月28日(木)

11:00~12:00 体操

12:00~13:00 昼食 お弁当限定10食 500円(当日支払い)

13:00~16:00 カラオケ

場 所： 第1教養娯楽室

自由参加

センターでゆっくり
お過ごしください！

栄養相談



日 時： 2月18日(月)
10:00~12:00

場 所： 図書コーナー

申込方法： 当日直接お越しください

管理栄養士： 株式会社フォーラル

傾聴いきいきサロン

日 時： 2月22日(金)
13:30~15:00

場 所： 第2教養娯楽室

定 員： 5名 先着順

申込受付： センター窓口または電話

施設紹介

ゆうゆう体操	体育室	月~土	9:05~9:30 職員による朝の体操です。祝祭日はお休みです。
おしゃべり・憩いの場	第1教養娯楽室	毎日	囲碁や将棋などを楽しめるスペースです。
カラオケ	第1教養娯楽室	月~土 月	13:00~16:00 毎週月曜日はレディースデー。
入浴	浴室	月・水・金	12:00~15:00 祝祭日はお休みです。
運動器具 各種	訓練室	毎日	第2火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	毎日	1日1回20分間ご利用できます。



健康相談

月・水・木 10:00~16:00

保健師： 西田信江

火・金 13:00~16:00

看護師： 小野寺蓉子

※2月7日(木)は午前のみ



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

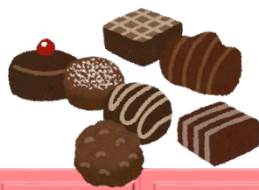
開館時間： 午前9時~午後9時30分 (個人利用は午後5時まで)

休 館 日： 毎月第二・四日曜日、年末年始

ホームページ： [城東ふれあいセンター](#)



城東



平成31年 **2**月号
指定管理者：社会福祉法人 奉優会

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31年（2019年1月25日発行）

春の講座募集

2/18月~3/3日



対象者

60歳以上の区内在住者でふれあいセンターに登録のある方。

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。**

<ハガキの記入例>

- 表面にご自身の住所・お名前をご記入ください。**(消せるボールペンでの記入はご遠慮ください。)**
- 事務処理軽減のため、すみませんがお名前の後に「様」の記入をお願いします。

持ち物

①入館票

②62円ハガキ（1講座につき1枚）

62	〇〇〇-〇〇〇〇
申し込み方のお名前様	申し込み方の住所

表

無地のまま 何も書かないで ください。

裏

※募集講座の詳細については別チラシをご覧ください

今月の募集講座

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。

節分



**2月3日(日) お昼頃
鬼が館内を回ります！
お楽しみアリ！**

福豆を配布
してくれる
年男・年女
大募集！



お気軽に
事務所まで！

新

規

キャン ペン

登

録

**2/18
-3/3**

バレンタインデー



**2月12日(火)~14日(木)に来館の方
にちょっとしたお楽しみアリ！**

**ふれあいセンターで生き生きシニアライフを！
ご家族・ご友人を紹介して下さい！**

※上記期間内にご友人等をお連れになった方と、新規登録された方に粗品を差し上げます
(保険証・免許証等をお持ちください！)



次号は2月25日発行予定です