

指定管理者：社会福祉法人 奉優会

亀戸ふれあいセンター

平成29年

TEL 5609-8822



2月号

募集講座

〔対象〕は全て60歳以上の江東区民の方とさせていただきます。
〔申込〕センター窓口またはお電話にて承ります。

亀センフェスティバル (成果発表会)

講座受講生、サークルの方たちによる発表会です。日頃の成果を発揮して、大いに楽しみましょう！

〔日時〕2月25日(土)
午前9:30～午後3:30

〔場所〕会議室

※会場準備の為、前日2月24日(金)は閉館が1時となります。

ぬり絵サロン

懐かしな“きいち”のぬり絵をしませんか？

〔日時〕2月28日(火)
午前10:00～11:30

〔参加費〕無料 〔場所〕会議室

〔定員〕30名程度

〔持ち物〕

- ・色えんぴつ、クレヨンなど
- ・好きなシールなどをお持ち頂くより楽しめます。

こむら返りについて

～健康相談カフェ～

〔日時〕2月21日(火)
午後1:00～1:30

〔参加費〕無料(コーヒー付き)

〔場所〕談話室

〔定員〕15名程度

〔講師〕濱野由起子氏

(たんぽぽ薬局 薬剤師)

どなたでも
参加できます♪

かめいど歌声 ハーモニーサロン

講師のピアノで懐かしい曲を歌いませんか♪

〔日時〕3月17日(金)
午後2:00～3:30

〔参加費〕無料 〔場所〕会議室

〔定員〕80名(先着順)

※定員になり次第締め切り

〔申込期間〕2月17日(金)～

〔講師〕今井美代子氏

楽々！テニス体験講座

テニスをやったことがない方も楽しめる
簡単なテニスです♪

〔日時〕《日曜クラス》2月5日(日)
午前10:00～12:00

《火曜クラス》2月28日(火)
午前9:30～11:00

〔参加費〕無料 〔場所〕体育室

〔定員〕16名(先着順)

〔申込期間〕1月26日(木)～

※どちらか1日のみのお申込み

〔講師〕吉池将氏

(GODAI テニスカレッジ)

下痢と便秘～栄養相談カフェ～

〔日時〕2月6日(月)

午後1:00～2:00

〔参加費〕無料(コーヒー付き)

〔場所〕談話室 〔定員〕15名程度

〔講師〕橋本真奈氏

(めぐみ薬局 管理栄養士)

先着
申込

先着
申込

当日
先着

どなたでも
参加できます♪

どなたでも
参加できます♪

折り紙サロン

〔日時〕2月5日(日)、19日(日)
午後2:00～4:00

〔参加費〕無料

〔場所〕会議室

〔定員〕30名(先着順)

〔講師〕川越トモ子氏、今泉幸雄氏

〔持ち物〕折り紙、はさみ、のり、
定規、裁縫針、糸

- ・1か月で1つの作品を作ります。
- ・利用者主体で行うサロンです。
- ・時間内の入退室は自由です。

エンディングノートを書いてみよう ～自分らしい豊かな人生のために～

〔日時〕2月9日(木)
午後1:30～3:30

◆個別相談(当日先着5名)
午後3:30～4:00

〔定員〕40名(先着順)

〔参加費〕200円 ※当日支払
(エンディングノート代)

〔場所〕会議室 〔申込〕受付中

〔講師〕溝口平吉氏

(溝口行政書士事務所)

平成29年度春の講座

受講生募集のお知らせ

〔日時〕3月1日(水)～3日(金)
午前9:00～午後4:00

入館票、

郵便番号・住所・氏名

を記入した官製はがき(52円)を

1講座につき1枚お持ち下さい。

詳細は分かり次第お知らせ致します。

当日
先着

亀は万年シアター

【青い山脈】

(昭和24年・日本・約170分)

【出演】原節子、池部良、伊豆肇

〔日時〕2月19日(日)

午前10:00～12:50

〔参加費〕無料 〔場所〕会議室

〔定員〕30名(先着順)

かめいどふれあい食堂

〔日時〕2月23日(木)

午後6:00～7:00

〔定員〕当日先着40食

〔メニュー〕カレー、ミニサラダ、
デザート

〔費用〕大人300円
子ども 無料

亀戸ふれあいセンターのご利用者ボランティアと
運営する子ども(誰でも)食堂です。

『春の教室作品展』のご案内

平成28年度 通年・半期制教養教室
を受講された方々の成果発表の場と
して、作品展を開催します。

〔日時〕3月1日(水)～3月3日(金)

午前9:30～午後4:00

〔場所〕会議室

※『春の講座募集』申込会場での同時
開催です。

《はどこ？》

このお便りの中に のマークはいくつ
隠れているでしょう？

正解は事務所受付までお尋ねください♪

問題の は抜かしてお答えくださいね。

活動報告

JAL工場見学へ行ってきました☆

1月10日(火) JALの工場見学へ行ってきました♪

たくさんのお申込みを頂き、倍率はなんと**4倍**!(◎o◎)／
お天気にも恵まれ普段は見ることのできない滑走路や整備場を見学し、
飛行機が飛ぶ仕組みなどを楽しく学ぶことが出来ました♪
また、制服を着て写真撮影をすることや、実際の操縦席と
同じものに座るなどの貴重な体験をし、
良い思い出になりました♪



← 操縦席の様子

自由参加教室

事前申し込みは不要です。

持ち物はスタッフ、掲示物等でご確認ください。

※10分前で受付を終了します。定員数を超えた場合、**抽選**となります。

教室名	曜日	時間	定員	レベル	2月開講日
リラックス&バランスアップ	土	10:00~11:30	35	亀×1	11
らくらく体操Ⅰ	火	1:30~2:30	35	亀×2	7、21、28
らくらく体操Ⅱ	火	3:00~4:00	35	亀×2	7、21、28
太極拳(入門)	水	1:30~2:30	25	亀×2	1、15
はじめてヨガⅠ	木	9:30~10:30	30	亀×2	9、23
はじめてヨガⅡ	木	11:00~12:00	30	亀×2	9、23
ゲートボール	水・土	9:00~12:00	30	亀×2	1、4、8、15、18、22
予防体操(月)Ⅰ	月	9:30~10:30	35	亀×3	13、20、27
予防体操(月)Ⅱ	月	11:00~12:00	35	亀×3	13、20、27
もうちょっと太極拳	水	3:00~4:00	25	亀×3	1、15
予防体操(木)	木	2:00~3:30	47	亀×4	9、16、23
スリム体操	金	10:00~11:30	35	亀×5	3、10、24
下町舞踊	月	2:00~3:30	30	亀×1	6
社交ダンス	月	2:00~3:30	40	亀×1	13

【レベル表示】

亀×1…初心者向け 亀×2…優しい 亀×3…ふつう 亀×4…やや激しい 亀×5…激しい

【下町舞踊】…民謡・新舞踊を中心に楽しく踊り、お稽古をしています。

〔持ち物〕足袋、日本手ぬぐい、扇子

【社交ダンス】…誰もが楽しく健康に。ブルースを中心に基本動作を習得します。〔持ち物〕スポンジ底の運動靴

内容紹介

施設紹介



談話室



ヘルストロン5台、
マッサージチェア1台完備
休憩場所としてもご利用ください。



第一教養娯楽室



第二教養娯楽室

皆で楽しくランチや
カラオケ等もできます。

■各種開放予定■

お昼開放	第一・第二教養娯楽室	毎日	正午～午後1:00
カラオケ開放	第一教養娯楽室	月・水・金	※午後1:00～4:00
卓球開放	体育室	不定期	※
シャワー室利用	シャワー室	月～土	午前10:00～午後4:30(祝日は除く)
図書貸出	談話室	毎日	図書の貸出は1回2冊、2週間までです

※講座の関係でご利用できない日もございます。詳細は館内掲示板でご確認ください。

◆看護師による健康相談◆

【2月】健康相談室

下記の時間は看護師がおります。

病気や健康のことなど、お気軽にご相談ください。

渡辺	火・木	午後1:00～午後4:00
木村	金	午前10:00～午後4:00
梨本	水	午前10:00～午後4:00

※変更がある場合、健康相談室前に掲示します。

★職員紹介☆



館長の二村啓子です。どこに相談していいか
と思うことなど、いつでも気軽に話せる社会
福祉士としてお役に立ちたいと思います。
好きなことは宝塚観劇、新聞連載小説を読む
などいろいろです。



講座の企画など、他の職員が
思いつかないようなアイデ
アを出してくれます。いつも
良い所を褒めてくれるので
館内の明るい雰囲気につな
がっています。

小島 剛

亀戸ふれあいセンター (亀戸老人福祉センター)

住 所: 江東区亀戸9丁目33番2-101号

電話番号: 5609-8822

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: [亀戸ふれあい foryou](http://www.kameido-fureai.com)

検索

(指定管理者) 社会福祉法人奉優会

