

亀戸ふれあいセンター

平成30年

TEL 5609-8822



6月号

募集講座

【対象】60歳以上の江東区民の方（ふれあいセンター登録者）

※登録がお済でない方は、保険証など住所・年齢が分かるものをご持参ください。

【地域】…登録者以外の地域にお住いの方どなたでもご参加頂けます☆

【申込】センター窓口またはお電話にて承ります。

【当日】…当日に参加可能です。【先着】…申込日より先着受付。【抽選】…申し込み後、抽選。

センターからのお願い 利用証の登録内容(住所・電話番号・緊急連絡先など)が変更になった際は、センターにお知らせください。

7月からあの人気の「3ない体操」が2クラスに変更となります。

3ない体操Ⅰ 午前9:30～10:30

3ない体操Ⅱ 午前11:00～12:00

カラオケ開放 懇談会

6月4日(月) 午後0:30～
ぜひ、どなたでもご参加ください。

なべさんの

先着

元気湧くわく講座

大人気なべさんの元気が湧く楽しい講座

【日時】6月18日(月) 14:30～16:00

【場所】会議室〔定員〕60名(先着)

【申込期間】5月28日(月)～

【講師】渡邊一雄氏 (NHK文化センター)

にこにこまつり

10月13日(土)

にこにこ祭りの実行委員を募集します。一緒にお祭りを盛り上げくれる方は、センターまでお問い合わせください!!

オレンジリング特集

オレンジリングネットワーク

地域

【日時】6月27日(水)

午後 1:30～3:00

認知症サポーター養成講座を卒業された方で、オレンジリングをお持ちの方が対象。

認知症に関する情報交換、脳トレも行います

☆事務所で随時申込みを受付ます☆

認知症サポーター養成講座

地域

【日時】6月22日(金)

午後1:30～3:00

【場所】第一教養娯楽室

【定員】20名(先着)

【申込期間】5月18日(金)～

【条件】江東区在勤・在学・在住の方

【協力】亀戸東長寿サポートセンター

オレンジフェスティバル ～ボランティア募集～

地域

【日時】8月25日(土) 午前10:00～午後3:00頃

オレンジフェスティバルは、認知症について理解を深め、地域で支える絆づくりのためのお祭りです。ボランティア(カフェや販売、運営かのお手伝い)としてお祭りに関わって下さる方、年齢問わず募集中です。

☎5609-8822 担当 星野・瀬藤まで

亀は万年シアター **当日**
【山河遙かなり】
 監督：フレッド・ジンネマン
 出演：イワン・ヤンドル、
 モンゴメリー・クリフト
 (1947年 アメリカ 約104分) (字幕)
【日時】 6月13日(水)
午後 1:15～ 3:00
【場所】 会議室〔定員〕 50名(先着)



カメテリア(ランチ会) **抽選**
 美味しいランチで、楽しいひとときを☆
【日時】 7月3日(火)
午後 0:00～1:30
【場所】 第一教養娯楽室 第1火曜日に変更
【定員】 20名(抽選) 〔参加費〕 200円
【申込期間】 6月12日(火)～26日(火)
 ※6月27日(水)以降、当選者のみ電話連絡。

中国茶も楽しめる **抽選**
手作り「練りきり教室」
【日時】 7月13日(金)、8月24日(金)、
9月14日(金) 全3回
午前 10:00～ 12:00
【場所】 第一教養娯楽室〔定員〕 20名(抽選)
【材料費】 900円
【講師】 かわかみみか 氏(公認茶藝師)
【申込期間】 6月15日(金)～28日(木)
 ※6月29日(金)以降、当選者のみ電話連絡。



手作り小物サロン **先着**
「牛乳パックで作る小物入れ」
【日時】 7月3日(火)
午後2:00～3:30
【場所】 第一教養娯楽室
【定員】 20名(先着) 〔材料費〕 300円
【申込期間】 6月19日(火)～



楽しく脳トレ! **先着**
カメトレ講座
 計算や間違い探しなどで楽しく脳トレ☆
【日時】 6月29日(金)
午後 2:00～ 3:30
【場所】 会議室
【定員】 30名(先着)
【申込期間】 6月1日(金)～



ナチュラルメイク& **先着**
ハンドマッサージ
 自分へご褒美♪癒しの時間を体験しましょう。
【日時】 6月14日(木)
午後1:00～3:00
【場所】 会議室 ①1:00～②1:30～
【定員】 各回10名(先着)③2:00～④2:30～
【協力】 江東メイクセラピー和(なごみ)
【申込期間】 5月28日(月)～



亀戸ふれあい食堂 **地域**
 当センターのご利用者ボランティアが運営する
 子ども(誰でも)食堂です。どなたでもどうぞ♪
【日時】 6月21日(木)
午後 6:00～ 7:00
【メニュー】 カレー、ミニサラダ、
デザート
【場所】 会議室
【定員】 40食(先着)
【参加費】 大人 300円 子ども 無料



福笑み体操～お口から健康に～ **先着**
【日時】 7月5日(木)、8月2日(木)、
9月6日(木) 全3回
午前10:00～11:00
【場所】 第一教養娯楽室
【定員】 20名(先着)
【申込期間】 6月15日(金)～
【講師】 丹治貴子 氏
 (歯科衛生士・国際ホリスティック協会)



かめいど歌声ハーモニーサロン **先着**
 講師のピアノで懐かしい曲を合唱♪
【日時】 ① 6月15日(金)
午後2:00～3:30
【申込期間】 6月5日(火)～
【日時】 ② 7月6日(金)
午後2:00～3:30
【申込期間】 6月22日(金)～
【場所】 会議室
【定員】 90名(先着)
【講師】 今井美代子 氏



食べるにこだわる講座 **先着**
◆栄養編「毎日の献立作りの悩みを
解決！管理栄養士が伝授します」
【日時】 6月11日(月)
午前10:00～11:00
【場所】 第一教養娯楽室〔定員〕 20名(先着)
【申込期間】 5月28日(月)～

健康相談カフェ **当日**
 ぐっすり眠れる♪
『良い眠りを得るために!!』
【日時】 6月16日(土)
午後 2:00～2:30
【場所】 談話室〔定員〕 15名(先着)
【講師】 濱野由起子 氏 (たんぼぼ薬局 薬剤師)

コーヒー付き☆
 どなたでも参加できます♪

活動報告「亀戸ふれあい寄席」

毎回好評の白扇の会による「亀戸ふれあい寄席」。70名近くの方にお越しいただき、落語の見せ場では、笑い声で会場中が溢れかえりました♪「とても楽しいひと時を過ごせた」と笑顔で帰られる方が多かったのがとても印象的でした。また、次回開催が楽しみです。



折り紙サロン

当日

6月は、「お花のくす玉」を折ります☆
〔日時〕 6月 3日(日)・17日(日)
 午後 2:00～ 4:00
 〔場所〕 会議室
 〔定員〕 30名(先着)
 〔持ち物〕 折り紙(7cm、10cm)など



ぬり絵サロン



当日

ぬり絵を塗った後、ビーズなどで飾ります☆
〔日時〕 6月21日(木)
 午前10:00～11:45
 〔場所〕 第一教養娯楽室
 〔定員〕 20名(先着)
 〔持ち物〕 色えんぴつ、手芸小物など

新聞ちぎり絵サロン

当日

新聞のカラー広告面を使って作品を作ります☆
〔日時〕 6月 5日(火)
 午前10:00～11:30
 〔場所〕 第一教養娯楽室
 〔定員〕 20名(先着)



絵本を楽しむサロン

当日

好きな絵本の話などしましょう♪
〔日時〕 6月8日(金)
 午後 1:30～2:30
 〔場所〕 第一教養娯楽室
 〔定員〕 20名(先着)



☆新職員の紹介☆

渡辺 篤
 (わたなべ あつし)



出身は茨城県です。趣味はオートバイでツーリングをする事です!!不慣れなため、失敗してしまう事もあるとは思いますが、精一杯頑張ります。よろしくお願い致します。

申込一覧

はじめてのレクダンス

当日

〔日時〕 6月19日(火)
初心者向け 午前10:00～11:30
 〔場所〕 体育室〔定員〕 52名(先着)
 ※平成30年度、レクダンス(前期)を受講中の方、レクダンスサークルで活動中の方は参加できません。



講座名	申込開始日
認知症サポーター養成講座	現在募集中
なべさんの元気湧くわく講座	5月 28日(月)～
食べるにこだわる講座	5月 28日(月)～
ナチュラルメイク&ハンドマッサージ	5月 28日(月)～
楽しく脳トレ!!カメトレ講座	6月 1日(金)～
かめいど歌声ハーモニィサロン	①6月開催 6月 5日(火)～ ②7月開催 6月 22日(金)～
カメテリア	6月 12日(火)～
手作り小物サロン	6月 19日(火)～
練りきり教室	6月 15日(金)～ 6月28日(木)
福笑み体操	6月 15日(金)～

自由参加教室

事前申込は不要です。
持ち物はスタッフ、掲示物等でご確認ください。

教室名	曜日(基本)	講師	時間	レベル	定員	開講日
ゆうゆう体操	月～土 (祝以外)	職員	午前9:05～9:30	弱～中	20	月～土 (祝以外)
KOTO活き粋体操	月～土 (祝以外)	職員	午前9:30～10:00	弱～中	20	月～土 (祝以外)
開催できない日程もありますので、館内掲示か職員までご確認ください。						

※この他の自由参加教室については、予定表をご確認ください。
講座開始10分前で定員数を超えた場合は、**抽選**。(空きがある場合を除き受付終了。)

■ 各種開放予定 ■

お昼開放	第一・第二教養娯楽室 談話室	毎日	正午～午後1:00(ランチ利用できます。)
将棋開放	第二教養娯楽室	第2・第4木	※午後1:00～3:00
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	※館内掲示をご覧ください。
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)
健康コーナー	談話室	毎日	ヘルストロン5台、マッサージ機1台
図書コーナー	談話室(貸出は事務所)	毎日	図書の貸出は1回2冊、2週間までです

※開放は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 ◆ 病気や健康のことなど、お気軽にご相談ください。

※事前申し込み不要です。
変更時は相談室前に掲示します。
祝日はお休みです。

梨本	月・火	午前10:00～午後4:00
木村	水・金	午前 9:30～午後4:00

☆ 体操講師の紹介 ☆



黒崎 守・秀子 先生

踊り続けて、あと少して50年の黒崎守(おさむ)・秀子です。よろしくお願ひ致します。レクダンス(レクリエーションダンス)は、いろいろな曲に振り付けをした創作ダンスです。みなさんに気軽に楽しく、笑顔で身体を動かして頂く事をモットーとしております。これからも、まだまだずっとレクダンスで笑顔と元気を!!参加お待ちしております。

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 FAX: 5609-8821
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.foryou.jp) 検索



(指定管理者) 社会福祉法人奉優会

