



立花ゆうゆう館だより



立花ゆうゆう館
ホームページ
QRコード

指定管理者：社会福祉法人 奉優会

立花ゆうゆう館は墨田区在住60歳以上の方で、個人利用登録がお済みの方がご利用いただける施設です。

- ※登録がお済みでない方は、マイナンバー等の本人確認書類をご持参ください。
- 各講座のお申込みは、ご本人様よりお電話でお願いいたします。
- ※講座等の申込受付時間は**9:00～17:00**となります。



謹んで新年のお喜びを申し上げます
 旧年中は格別のお引き立てを賜り厚く御礼申し上げます
 本年もより一層のご支援を賜りますよう心よりお願い申し上げます



～大規模改修工事期間について～

立花ゆうゆう館は12月1日（日）～2月28日（金）まで、大規模改修工事のため休館しておりますが、電話対応および講座の一部は開催しております。

内容はお便り、広報、HP、外看板をご確認ください。

ご不便、ご迷惑をおかけしますが、皆様のご利用をお待ちしております。

長寿マッサージの申し込み方法が変わります

令和7年4月施術分から「**前月1日～10日にお電話か事務所**」で受付します。

ご希望の施術日をお申し込みください。（時間の指定はできません）

15日に抽選、当選した方に電話でご連絡いたします。

◆ 3月施術分は**従来通り3月1日から窓口にて申込先着順**です ◆

朝のすみだ花体操

日時：2月3日（月） / 4日（火）
 5日（水） / 6日（木）
 11日（火） / 12日（水）
 13日（木） / 17日（月）
 18日（火） / 20日（木）
 25日（火） / 26日（水）
 27日（木）

9：15～9：30

場所：立花四丁目集会所 多目的室

持物：上履き等（下足を脱ぐ為）

申込不要でどなたでもご参加いただけます。

直接お越しください♪

歴史講座

戦後の復興から高度成長期～今日
(1960年～今日)

日時：2月5日（水）
 14:00～15:00

場所：立花四丁目集会所
 多目的室

定員：20名（申込先着順）

費用：無料

持物：筆記用具

申込：12月17日（火）～
 お電話、又は講座受講時受付にて

講師：立花ゆうゆう館職員

歴史を楽しく学びましょう！

立花ゆうゆう体操

日時 : 2月3日(月) / 17日(月)
10:00~11:00
場所 : 立花四丁目集会所 多目的室
定員 : 35名
費用 : 無料
講師 : 和田左千子先生
持物 : 上履き、下足を入れる靴袋

※立花四丁目多目的室では定員の増加が可能です
参加ご希望の方は当日の朝、先着順で35名に
達するまで受け付けます

Let's Dancing ♪

日時 : 2月4日(火) / 11日(火)
18日(火) / 25日(火)
10:00~11:00
場所 : 立花四丁目集会所 多目的室
定員 : 15名
費用 : 無料
講師 : なつみ先生
持物 : 上履き、下足を入れる靴袋、
フェイスタオル

※立花四丁目多目的室では定員の増加が可能です
参加ご希望の方は当日の朝、先着順で15名に
達するまで受け付けます

立花すっきり体操

日時 : 2月5日(水) / 12日(水)
26日(水)
和みクラス 09:30~10:30
粋 クラス 10:45~11:45
※どちらか1クラスのみ参加となります
場所 : 立花四丁目集会所 多目的室
定員 : 各35名
費用 : 無料
持物 : 上履き、下足を入れる靴袋

※立花四丁目多目的室では定員の増加が可能です
参加ご希望の方は当日の朝、先着順で35名に
達するまで受け付けます

スマホ講座 ~Zoom接続初級編~

日時 : ①2月 1日(土)
②2月15日(土)
14:00~15:00
※①・②どちらかお選びください
場所 : 立花四丁目集会所 和室
定員 : 5名(抽選)
費用 : 無料
持物 : iPhone、Android
タブレットのいずれか
申込 : 1月21日(火)~1月29日(水)
電話、または講座受講時の受付にて
※事前にZoomのアプリのダウンロードしていただくと
スムーズです

個別スマホ相談会

日時 : 2月1日(土) / 8日(土) / 15日(土) / 22日(土) 13:00~16:30
場所 : 立花四丁目集会所 和室

※お電話にてご予約いただくとお待たせしません。
※当館職員が基本的な質問にお答えさせていただきます。
※おひとり様30分程度

PC、
タブレット
などもOKです



ゆるのびヨガ

日時 : ①コース 2月 3日(月)、17日(月) 14:00~15:30
②コース 2月12日(水)、26日(水) 14:00~15:30
どちらか1コースのお申込みになります
場所 : 立花四丁目集会所 多目的室
申込 : 1月20日(月)~ご本人がお電話、または講座受講時の受付にて
定員 : 15名(申込先着順)
費用 : 無料
講師 : Kiko先生
持物 : 動きやすく裸足になれる服装、飲料(ノンカフェイン)、
汗拭きタオル、フェイスタオル1枚、硬めのバスタオル1枚、
※初回に簡単な書類のご記入とお話を伺います
※受講前に血圧と体調を伺います



どなたでもご参加いただける
シニアヨガです

お気軽に
お問い合わせください

季節の飾りを作ってみよう ～イースターの飾り～

日時 : 2月11日 (火)
14:00～15:30

場所 : 立花四丁目集会所
多目的室

定員 : 10名 (抽選)

費用 : 無料

講師 : 職員

申込 : 1月29日 (水) ～2月5日 (水)

ご本人がお電話、または講座受講時の受付にて

当選連絡 : 2月6日 (木) ～

当選の方のみ電話連絡



BOXフラワーを作りましたよう。

日時 : 2月22日 (土)
14:00～16:00

場所 : 立花四丁目集会所
和室

定員 : 10名 (抽選)

費用 : 無料

講師 : 職員

申込 : 2月3日 (月) ～2月14日 (金)

ご本人がお電話、または講座受講時の受付にて

当選連絡 : 2月18日 (火) ～

当選の方のみ電話連絡



丸シールアート

～ひな祭り置物～

日時 : 2月18日 (火) /25日 (火)
14:00～16:00 全2回

場所 : 立花四丁目集会所
多目的室

定員 : 10名 (抽選)

費用 : 無料

申込 : 1月11日 (土)

～2月11日 (火・祝)

ご本人がお電話、または講座受講時の受付にて

当選連絡 : 2月13日 (木)

当選の方のみ連絡



脳トレサロン

日時 : 2月6日 (木) /20日 (木)
10:00～10:45

場所 : 立花四丁目集会所
多目的室

定員 : 20名 (申込先着順)

費用 : 無料

持物 : 筆記用具、下足を入れる靴袋

申込 : 1月23日 (木) ～

ご本人がお電話、または講座受講時の受付にて



自由盆踊り

日時 : 2月6日 (木) /13日 (木)
20日 (木) /27日 (木)
11:00～11:45

場所 : 立花四丁目集会所
多目的室

持物 : 上履き、下履きを入れる靴袋



ぬり絵とちぎり絵の広場

日時 : 2月11日 (火)
14:00～16:00

場所 : 立花四丁目集会所
多目的室

当日直接お越しください♪



・立花ゆうゆう館にご登録のない方はその場で発行させていただきます。身分証をお持ちください。

・当館主催のイベントは記録及びHP用の写真を撮らせていただきます。ご遠慮される方は当日職員までお申し付けください。

立花四丁目集会所への行き方

〒131-0043
東京都墨田区立花4丁目8-10



すみまらくんをご利用の際は北東部ルート⑩立花四丁目目で降車ください。



まっすぐ進み、くすりの福太郎を抜け、河内屋の交差点を左に曲がり奥に進むと着きます。



東墨田うめぞの集会所への行き方

〒131-0042
東京都墨田区東墨田3丁目19-1



墨田区高齢者福祉センター立花ゆうゆう館

所在地 : 〒131-0043 東京都墨田区立花6-8-1-102
 電話番号 : 03-3613-3911 FAX番号 : 03-3613-3906
 メールアドレス : yuyu-tachibana@foryou.or.jp