

亀戸福祉会館のお知らせ

2025年3月25日発行

4月号



指定管理者：社会福祉法人 奉優会

〒136-0071 江東区亀戸1-24-6

電話：03-3685-8208 FAX：03-3683-4851

<https://www.foryou.or.jp/facility/kameidofukushi/>



KOTO City in TOKYO

スポーツと人々が集いまち 江東区

日	月	火	水	木	金	土
脳トレチャレンジ問題 問題配布 4月 7日(月)～ 解答配布 4月 14日(月)～  ◆会員制 ●申込制 ▲自由参加		1 ▲亀福シニア ヨガ 11:00-12:00 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ◆民謡自主練習 13:30-15:00 看	2 ●歌声喫茶 14:00-15:00 	3 ●歌謡教室 13:30-15:00 	4  看	5 ▲新聞ちぎり絵 13:30-15:00  看
6 ◆亀戸囲碁 研修大会 10:00-16:00 ▲卓球フリー 13:00-15:00 お風呂休み	7 ●初心者卓球 10:00-11:30 ▲卓球フリー 13:00-15:00 お風呂休み	8 ◆茶道サークル 10:00-11:30 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ◆民謡自主練習 13:30-15:00	9 ▲輪踊り 13:30-15:00 	10 ▲楊名時太極拳 10:00-11:30 ●スクラッチ アートA 13:30-15:00 看	11 ●おもしろ クラブ 音楽健康レクリ エーション 13:30-15:00	12 ▲パソコン クラブ 10:00-11:30 ◆初心者囲碁 クラブ 13:30-16:00 ▲健康サロン 13:30-14:30 看
13  休館日	14 ●卓球入門 10:00-11:30 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ▲おりがみ サロン 13:30-15:00 お風呂休み 看	15 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ◆民謡自主練習 13:30-15:00	16 ●脳を活性化! 大人の 塗り絵講座 13:30-15:00	17 ▲のぞみ薬局 出前講座 13:30-14:30	18 ▲福祉用具体験 展示会 13:30-15:00 	19 ▲亀福シネマ 13:30-15:00  看
20 ▲卓球フリー 13:00-15:00 お風呂休み	21 ●初心者卓球 10:00-11:30 ●いきいき 脳活倶楽部 10:00-11:00 ▲卓球フリー 13:00-15:00 お風呂休み	22 ◆茶道サークル 10:00-11:30 ▲亀福シニア ヨガ 11:00-12:00 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ◆民謡自主練習 13:30-15:00	23 ▲利用者懇談会 13:30-14:30 ●スクラッチ アートB 13:30-15:00	24 ●俳句カフェ 11:00-12:30 ▲健康教育 教室 13:30-14:30 ▲心が整う めりえ 13:30-15:00	25 ●おもしろ クラブ 頭と体を元気に しましょう 13:30-15:00 ※お知らせ 発行日	26 ▲パソコン クラブ 10:00-11:30 ◆詩吟教室 13:30-15:00 看
27  休館日	28 ●卓球入門 10:00-11:30 ▲卓球フリー 13:00-15:00 お風呂休み 看	29 昭和の日  休館日	30 ▲活き粋体操だ よ! 全員集合! 13:00-13:40 ▲輪投げ 14:00-15:00	利用者懇談会 ▶▶▶ 4月23日(水) 13:30～14:30 内容：令和7年度の講座やイベントについて 場所：亀戸福祉会館2階 和室(大) ※自由参加です！お誘いあわせてお越しください！ 看 看護師による健康相談がある日		

●申込制の講座(先着) ※3月25日(火) 9時～ 窓口または電話でお申込みください。

亀福卓球教室 (A・B) の募集について

R7年5月～R8年3月の講座

5月20日(火) からスタートします!

A: 第1・3火曜日 (R8年3月末まで)

※5月は第3火曜日のみ

時間: 10:00-11:30

定員: 12名

講師: 湯浅コーチ・近藤コーチ

場所: 多目的室



5月13日(火) からスタートします!

B: 第2・4火曜日 (R8年3月末まで)

※9月は第2火曜日のみ

時間: 10:00-11:30

定員: 12名

講師: 湯浅コーチ・近藤コーチ

場所: 多目的室



お申込みは、4月 7日(月)～16日(水) 電話または来館
抽選結果は、4月21日(土)より当選者のみ電話連絡致します
(館内掲示及びホームページ記載あり)

歌声喫茶

日時: 4月2日(水)
14:00～15:00

講師: 坂巻氏、鈴木氏

場所: 1階 多目的室

定員: 35名

※なつかしい歌をみんなで歌いましょう! ♪



歌謡教室

日時: 4月3日(木)
13:30～15:00

講師: 竹花 陽子先生

場所: 1階 多目的室

定員: 35名

※毎回、課題曲をもとに先生のレッスンを受けられます



初心者卓球(ラリーが続く方のクラスです)

日時: 4月7日(月)・21日(月)
10:00～11:30

講師: 湯浅氏

場所: 1階 多目的室

定員: 10名

★卓球入門は申込みできません



スクラッチアートA・B

日時: A: 4月10日(木)・B: 23日(水)
ABともに 13:30～15:00

場所: 2階 和室小

定員: 各5名

※申込はA・Bいずれかの日のみとなります

※印刷された線をなぞると、色や柄が出てきます。削って楽しい癒しの時間



卓球入門(ラケットの握り方から学ぶクラスです)

日時: 4月14日(月)・28日(月)
10:00～11:30

講師: 湯浅氏

場所: 1階 多目的室

定員: 8名

★初心者卓球は申込みできません

※全く初めての方もコーチより基本から教えて頂けます



いきいき脳活倶楽部

日時: 4月21日(月)
10:00～11:00

講師: 本多慶吉 先生

場所: 2階 和室大

定員: 20名

※椅子に座って体操やボールを使って脳トレやゲームを行います!



俳句カフェ

日時: 4月24日(木)
11:00～12:30

講師: 英喜さん

場所: 2階 和室大

定員: 5名

※俳句に興味ある方集まれ～!

英喜さんは
毎週木曜日の11時～
亀戸福祉会館に
います!
おしゃべりに来ませんか!



脳を活性化! 大人の塗り絵講座

日時: 4月16日(水)
13:30～15:00

講師: サクラクレパス

場所: 1階 多目的室

定員: 20名

※色鉛筆と題材はご用意しています



●介護予防事業(先着) ※3月25日(火) 9時～ 窓口または電話でお申込みください。

★おもしろクラブは”途中入場”は出来ません。5分前には着席をお願いします。

おもしろクラブ

音楽健康レクリエーション

日時: 4月11日(金)
13:30～15:00

講師: 松島 明子先生

場所: 1階 多目的室

定員: 30名

※歌を歌ったり音楽に合わせて体を動かしたりします



おもしろクラブ

頭と体を元気にしましょう

日時: 4月25日(金)
13:30～15:00

講師: 上野幸 先生

場所: 1階 多目的室

定員: 30名

※ストレッチ体操やボールを使って体操します!



【自由参加の講座】 ※申込不要です。開始5分前には集合をお願いします。

亀福体操

日時：月～土曜日
13:00～13:20

場所：2階 ラウンジ

※ラジオ体操第1・2、水彩音頭を行います！

※江東活き粋体操の日はお休みです

4月は、30日(水)がお休みとなります



亀福シニアヨガ

日時：4月1日・22日(火)
11:00～12:00

場所：2階 和室大

講師：君塚昌代 先生

※椅子に座って行うヨガです！



健康サロン

「健康診断の検査結果の見方」

日時：4月12日(土)
13:30～14:30

場所：2階 和室大

講師：土井 看護師



卓球フリー

日時：4月6日・20日(日)
4月7日・14日・21日・28日(月)
4月1日・8日・15日・22日(火)
13:00～15:00

場所：1階 多目的室

※自由に卓球を楽しんでいただけます！



新聞ちぎり絵サロン

日時：4月5日(土)
13:30～15:00

場所：2階 和室小

講師：福祉会館職員

※新聞をちぎって絵を作ってみませんか！



輪踊り

日時：4月9日(水)
13:30～15:00

場所：2階 和室大

講師：新林氏&フレンズ

※楽しく皆さんで踊りましょう！



楊名時太極拳

日時：4月10日(木)
10:00～11:30

場所：2階 和室大

講師：藤崎優 先生

※丁寧に先生が教えてくれます！



パソコンクラブ

日時：4月12日・26日(土)
10:00～11:30

場所：1階 多目的室

講師：大串氏

※先生がわからないところを教えてください！

※パソコン、タブレット等はお持参ください



おりがみサロン

日時：4月14日(月)
13:30～15:00

場所：2階 和室小

講師：福祉会館職員

※「チューリップのリース」を作ります！



のぞみ薬局出前講座

「お薬いろいろ」

日時：4月17日(木)
13:30～14:30

場所：1階 多目的室

※まだ使える？期限と保管の仕方、飲み忘れしない方法等



特別講座

「福祉用具体験展示会」

日時：4月18日(金)
13:30～15:00

場所：1階 多目的室 様々な用具に

協力：ニック(株) 触れてみましょう！



亀福シネマ

日時：4月19日(土)
13:30～15:00

場所：1階 多目的室

※上映予定：「男はつらいよ/新男はつらいよ」

マドンナ：佐藤オリエ



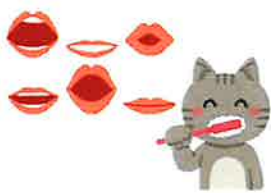
健康教育教室

「お口でいきいき！健口体操」

日時：4月24日(木)
13:30～14:30

場所：2階 和室大

講師：城東保健相談所 歯科衛生士



心が整うぬりえ

日時：4月24日(水)
13:30～15:00

場所：1階 多目的室

※今月は1回のみ開催です



江東活き粋体操だよ！全員集合

日時：4月30日(水)
13:00～13:40

場所：2階 和室大

講師：介護予防リーダーの皆さん

※介護予防リーダーズの方の体操、筋力トレーニング、水彩音頭を行います！



輪投げの集い

日時：4月30日(水)
14:00～15:00

場所：2階 和室大

※お一人2セットで競技、

上位者にはお楽しみも・・・♪



5月8日（木）からスタートします！第1・3木曜日（R8年3月末まで）全19回

※尚、8月は休講となります

時 間：10:00～11:30

定 員：18名（定員を超えた場合、抽選となります）

講 師：斉藤 詩香先生（草月流）

場 所：1階 多目的室

費 用：花代 10,000円（5月～10月分の会費を前払いいただきます）
1回あたり1,000円（お正月用と展覧会用のお花代：各3,500円）
※令和7年11月～3月のお花代は10月中にお支払いいただきます。

持ち物：剣山・はさみ・水切りボール・筆記用具・雑巾・お花を持ち帰る袋など
※花器は福祉会館で用意いたします。



申込みは、4月 7日（月）～ 16日（水）電話または来館

抽選結果 4月21日（月）より当選者のみ電話連絡致します（館内掲示あり）

お花代お支払い期間：4月21日（月）～ 4月30日（水）

◎ 脳を活性化！大人の塗り絵講座

日時：4月16日（水）
13:30～15:00

※申込制

講師：サクラクレパス

場所：1階 多目的室

定員：20名



※講師が塗り方のコツを教えます！

◎ 特別講座「福祉用具体験展示会」

日時：4月18日（金）
13:30～15:00

※自由参加

協力：ニック(株)

場所：1階 多目的室

※杖、歩行器、介護用ベッド、電動車椅子等

※電動車椅子の試乗ができます！



★写真撮影について

館内において行事・講座や日常の様子を記録するため、写真を撮る事があります。

撮影した写真は、館内やホームページに掲載することがあります。

撮影時には都度お声がけをさせていただきますが、

お顔など掲載されることに不都合がある方は職員までお申し出ください。



★看護師による健康相談 4月は、下記の日時に行っています。

1日（火）・4日（金）・5日（土）・10日（木）・12日（土）

14日（月）・19日（土）・26日（土）・28日（月）

★各日の10時～15時

※どんな内容でもご相談をお受けします。お気軽にお越しください。

※個別相談希望の方は場所の都合により事前に予約を承りますので、ご連絡お願いいたします。



お風呂



火曜～土曜日 11:00～15:00（金曜日は11:00～14:00）にご利用いただけます。

（日・祝日・月曜日はお休みです）

※毎週金曜日14:00～15:00は介助入浴（予約制）となります。

※受付は10:45～14:30です。（金曜日は10:45～13:30）

※石鹸（ボディソープ）やシャンプー・リンス、タオルはご持参ください。



交通案内

JR総武線「亀戸駅」徒歩6分

都営新宿線「西大島駅」徒歩10分

都バス（都07・亀29・亀24・錦27）

「亀戸駅通り」徒歩4分



施設案内

開館時間

月～土 9:00～19:00（個人利用）

日・こどもの日・敬老の日 9:00～18:00

休館日：第2・4日曜日、国民の休日、年末年始

（こどもの日・敬老の日は開館）