

亀戸福祉会館のお知らせ



指定管理者：社会福祉法人 奉優会
 〒136-0071 江東区亀戸 1-2 4-6
 電話：03-3685-8208 FAX：03-3683-4851
<https://www.foryou.or.jp/facility/kameidofukushi/>



日	月	火	水	木	金	土
<p>◆会員制 ●申込制 ▲自由参加</p> <p>亀福スタンプ</p>	<p>脳トレチャレンジ問題 問題配布 4月 6日(月)～ 解答配布 4月 13日(月)～</p> <p>★マークの付いている講座で亀福スタンプゲット!</p>	<p>1 看</p> <p>●歌声喫茶 14:00-15:00</p>	<p>2</p> <p>▲俳句カフェ 11:00-12:30 ●歌謡教室 13:30-15:00</p>	<p>3 看</p> <p>●雪印メグミルク 出前講座 13:30-14:30</p>	<p>4 看</p> <p>●ボンボン バレエ 13:30-14:30</p>	
<p>5</p> <p>▲卓球フリー 13:00-15:00</p> <p>お風呂休み</p>	<p>6 看</p> <p>▲ちよこっと リハビリゲーム 11:00-12:00 ▲卓球フリー 13:00-15:00</p> <p>お風呂休み</p>	<p>7 看</p> <p>▲あみものサロン 10:00-12:00 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ◆民踊自主練習 13:30-15:00 ●お試し ピースアート 13:30-15:30</p>	<p>8 看</p> <p>▲輪踊り 13:30-15:00</p>	<p>9 看</p> <p>▲楊名時太極拳 10:00-11:30 ▲俳句カフェ 11:00-12:30 ◆民踊教室 13:30-15:00 ●スクラッチ アートA 13:30-15:00</p>	<p>10 看</p> <p>▲朝活！輪投げ 練習会 10:00-11:00 ●おもしろ クラブ 音楽健康レク リエーション 13:30-15:00</p>	<p>11 看</p> <p>▲パソコン クラブ 10:00-11:30 ▲健康サロン 13:30-14:30</p>
<p>12</p> <p>休館日</p>	<p>13 看</p> <p>▲朝活！輪投げ 練習会 10:00-11:00 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ▲の～びのび ゆったり体操 13:30-14:30</p> <p>お風呂休み</p>	<p>14 看</p> <p>●卓球入門B 10:00-11:30 ◆茶道サークル 10:00-11:30 ▲亀福ニアガ 11:00-12:00 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ◆民踊自主練習 13:30-15:00</p>	<p>15 看</p> <p>▲のぞみ薬局 出前講座 13:30-14:30</p>	<p>16 看</p> <p>▲俳句カフェ 11:00-12:30 ▲心が整う ぬり絵A 13:30-15:00</p>	<p>17 看</p> <p>▲輪投げの集い 13:30-14:30</p>	<p>18 看</p> <p>▲亀福シネマ 13:30-15:00</p>
<p>19</p> <p>お風呂休み</p>	<p>20</p> <p>●いきいき 脳活倶楽部 10:00-11:00 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ▲おりがみ サロン 13:30-15:00</p> <p>お風呂休み</p>	<p>21 看</p> <p>●卓球入門A 10:00-11:30 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ◆民踊自主練習 13:30-15:00 ●スクラッチ アートB 13:30-15:00</p>	<p>22 看</p> <p>▲活き粋体操だ よ！全員集合！ 13:00-13:40 ●ボンボン バレエ 13:30-14:30 ▲輪踊り 14:00-15:00</p>	<p>23 看</p> <p>▲ちよこっと リハビリゲーム 11:00-12:00 ▲俳句カフェ 11:00-12:30 ▲心が整う ぬり絵B 13:30-15:00 ▲利用者懇談会 13:30-14:30</p>	<p>24 看</p> <p>●おもしろ クラブ 頭と体を元氣 にしましょう 13:30-15:00</p>	<p>25 看</p> <p>▲パソコン クラブ 10:00-11:30 ◆詩吟教室 13:30-15:00</p> <p style="border: 1px solid red; padding: 2px;">※申込受付開始日 ※お知らせ発行日</p>
<p>26</p> <p>休館日</p>	<p>27 看</p> <p>▲卓球フリー 13:00-15:00 ▲の～びのび ゆったり体操 13:30-14:30</p> <p>お風呂休み</p>	<p>28 看</p> <p>●卓球入門B 10:00-11:30 ◆茶道サークル 10:00-11:30 ▲亀福ニアガ 11:00-12:00 ◆民踊自主練習 13:30-15:00 ▲卓球フリー 13:00-15:00 ▲ちぎり絵 13:30-15:00</p>	<p>29</p> <p>休館日</p>	<p>30 看</p> <p>▲俳句カフェ 11:00-12:30 ●ボンボン卓球 13:30-14:30 ▲健康教育教室 13:30-14:30</p>	<p>看 マークの日は看護師在籍日 ※各日10:00～15:00 ★病気や健康のことなど お気軽にご相談ください</p> <p style="border: 1px solid red; padding: 2px;">おしらせ 利用者懇談会 4月23日(木)13:30-14:30 令和8年度の講座やイベント について 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！</p>	

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

歌声喫茶

日時：4月1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

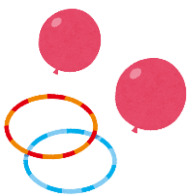
日時：4月2日(木)
13:30～15:00
講師：竹花 陽子 先生
場所：1階 多目的室
定員：35名



※毎回、課題曲をもとに先生のレッスンを受けられます

ボンボンバレ

日時：4月4日(土)・22日(水)
13:30～14:30
講師：土井看護師
場所：1階 多目的室
定員：10名(先着申込制)
※申込は**いづれかの日のみ**となります
※椅子に座って楽しく体を動かします



スクラッチアートA・B

日時：A：4月9日(木)・B：21日(火)
時間：13:30～15:00
場所：2階 和室小
定員：各5名
※申込は**いづれかの日のみ**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！



いきいき脳活倶楽部

日時：4月20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
※体操やボールを使って脳トレやゲームを行います！



ボンボン卓球

日時：4月30日(木)
13:30～14:30
講師：土井看護師
場所：1階 多目的室
定員：12名(先着申込制)
※卓球台を使って**立って**体を動かします



卓球入門A(ラケットの握り方から学ぶクラスです)

日時：4月21日(火)
10:00～11:30
講師：近藤氏
場所：1階 多目的室
定員：10名 ★卓球入門Bは申込みできません



卓球入門B(ラケットの握り方から学ぶクラスです)

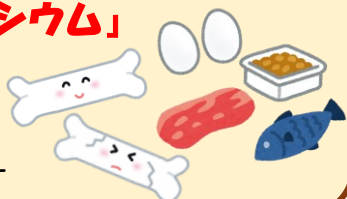
日時：4月14日・28日(火)
10:00～11:30
講師：近藤氏
場所：1階 多目的室
定員：10名 ★卓球入門Aは申込みできません



★従来の「卓球入門」と「初心者卓球」が統合されて「卓球入門」となりました。
AとBの講座の内容は同じで開催日が違うだけです
「卓球入門A」は第1,3火曜日、「卓球入門B」は第2,4火曜日となりました。

～雪印メグミルク出前講座～
「骨とカルシウム」

日時：4月3日(金)
13:30～14:30
場所：1階 多目的室
定員：40名の申込制です



～ピースアート～

番号の通りにピースを貼りつけていけば
素敵なアートが出来上がります！
日時：4月7日(火)
13:30～15:30 眼鏡・拡大鏡
場所：2階 和室小 ご持参ください
定員：5名の申込制です
材料費：100円(当日支払い)



お試し

●介護予防事業(先着)※3月25日(水) 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10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24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！



おねがい 講座に参加される利用者の皆様へ

※講座開始後15分まで入室可能です(準備、安全面などを考慮して)
※申込制の講座で当日空きが出た場合、キャンセル待ちに申込の方優先にてご案内させていただきます
※卓球講座の見学は入室不可です(会場外から見学は可15分程度可)

よろしくお願ひします



～ボランティアさん大募集～
色々お手伝いしていただける方募集中です！
詳しくは職員まで(^-^)/お問合せください



▲【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。

NEW

「ちょこっとリハビリゲーム」

日時：4月6日(月)・23(木) 11:00~12:00
場所：2階 和室大
講師：江尻 真貴子
定員：12名 ★当日先着12名
※楽しいゲームでちょこっとリハビリいかがですか!



卓球フリー

日時：4月 5日・19日(日)
4月 6日・13日・20日・27日(月)
4月 7日・14日・21日・28日(火)
13:00~15:00
場所：1階 多目的室
※開始時間後の入場は出来ませんのでご注意ください

輪踊り

日時：4月 8日(水) 13:30~15:00
22日(水) 14:00~15:00
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9日(木)
10:00~11:30
場所：2階 和室大
講師：藤崎優 先生
※先生が丁寧に教えてくれます!



輪投げの集い ※チーム対抗戦です!

日時：4月10日(金)・13日(月) 10:00~11:00
朝活!輪投げ練習会
17日(金) 13:30~14:30
輪投げの集い
場所：2階 和室大
※自由参加ですが定員24名(先着)です



パソコンクラブ

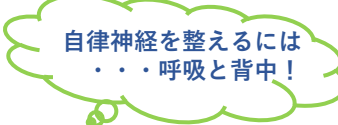
日時：4月11日・25日(土)
10:00~11:30
場所：1階 多目的室
講師：大串氏
※先生がわからないところを教えてください!
※パソコン、タブレット等ご持参ください



健康サロン

「自律神経って・・・ナニ?」

日時：4月11日(土)
13:30~14:30
場所：2階 和室大
講師：土井 看護師
※いすに座って行う軽い体操があります!



の〜びのびゆったり体操

日時：4月13日・27日(月)
13:30~14:30 ※使用するボールが小さくなる場合があります
場所：2階 和室大
講師：江尻 真貴子 看護師
※楽しい体操とオカリナ演奏に合わせて歌を歌います!
※自由参加ですが定員35名(先着)です ☆受付は当日の12:30~行います
※各自「タオル」をご持参ください



亀福シニアヨガ

日時：4月14日・28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!
※各自「タオル」をご持参ください



のぞみ薬局出前講座

「お薬いろいろ/便利なお薬管理の仕方」
日時：4月15日(水)
13:30~14:30
場所：1階 多目的室



心が整うぬりえA・B

日時：A：4月16日(木) B：23日(木)
13:30~15:00
場所：1階 多目的室
※両日ともに参加可能です
※ぬりえに集中することで、心が整います!
※色鉛筆はご用意しています



亀福シネマ

日時：4月18日(土)
13:30~15:00
場所：1階 多目的室
※上映予定：「奥様は魔女」(1942年・米)
主 演：フレデリック・マーチ、ヴェロニカ・レイク ほか



おりがみサロン

日時：4月20日(月)
13:30~15:00
場所：2階 和室小
講師：福祉会館職員
※皆さん一緒に素敵な「チューリップの花束」を作しましょう♪



江東活き粋体操だよ!全員集合!

日時：4月22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!



新聞ちぎり絵サロン

日時：4月28日(火)
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!?



健康教育教室

「お口でいきいき! 健口体操」
日時：4月30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



募集中!

「生花教室」の募集

R8年5月～R9年3月の講座

5月7日(木)からスタートします!

第1木曜日(R9年3月末まで)全10回です。尚、8月は休講となります。

時間: 10:00～11:30

定員: 12名(定員を超えた場合、抽選となります)

講師: 中山 紫奉先生(草月流)

場所: 1階 多目的室

費用: 花代 6,000円(5月～10月分のお花代を前払いいただきます)

1回あたり1,200円(お正月用と展覧会用のお花代: 各2,500円)

※令和8年11月～令和9年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。



お申込みは、4月6日(月)～4月15日(水)まで電話または来館にての申込

抽選結果は、4月20日(月)～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20日(月)～4月30日(木)

募集中!

卓球クラブ(A・B)の募集

R8年5月～R9年3月の講座

5月18日(月)からスタートします!

A: 第1・3月曜日(R9年3月末まで)

時間: 10:00-11:30

定員: 12名

講師: 湯浅コーチ

場所: 多目的室

【経験者、サーブ・レシーブを教わりたい方】

【試合に勝てるような指導】



★コーチと開催日が変わりました!

5月11日(月)からスタートします!

B: 第2・4月曜日(R9年3月末まで)

時間: 10:00-11:30

定員: 12名

講師: 湯浅コーチ

場所: 多目的室

【経験者、サーブ・レシーブを教わりたい方】

【試合に勝てるような指導】



★コーチと開催日が変わりました!

お申込みは、4月6日(月)～4月15日(水) 来館にての申込

抽選結果は、4月20日(月)～当選者のみ電話連絡致します(館内掲示あり)

募集中!

「詩吟教室」参加者募集中

演芸大会で毎回ご披露いただいている詩吟です。年間を通して講座を開催しています令和8年度の参加者を募集しています。

「民謡教室」参加者募集中

日本各地で古くから伝承されてきた踊りです。興味のある方、まずは見学してみませんか?



募集中!

茶道サークルメンバー募集中!

【表千家】です
まずは見学を!



あみものサロン

かぎ編みで自由に編物を作ります。
日時: 4月7日(火) 10:00～12:00
場所: 和室大(申込は必要ありません)
※毛糸、かぎ針は各自ご持参ください
※初心者の方の向け講座ではありません



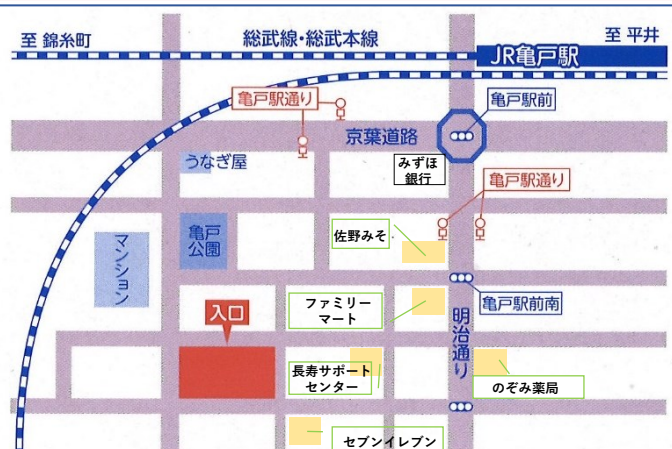
お風呂

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)