

亀戸福祉会館のお知らせ

2026年7月25日発行
8月号

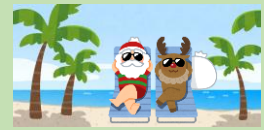


指定管理者：社会福祉法人 奉優会

〒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
---	---	---	---	---	---	---

◆会員制
●申込制
▲自由参加

脳トレチャレンジ問題
問題配布 8月 3日(月)～
解答配布 8月 10日(月)～

看

マークの日は看護師のいる日です
※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



1

看

●ボンボン卓球
13:30-14:30



2

▲卓球フリー
13:00-15:00



お風呂休み

3

看

◆卓球クラブA
10:00-11:30
▲卓球フリー
13:00-15:00
●の～びのび
ゆったり体操
13:30-14:30



お風呂休み

4

看

●卓球入門A
10:00-11:30
▲あみもの
サロン
10:00-12:00
▲亀福にアガ
11:00-12:00
▲卓球フリー
13:00-15:00
◆民謡自主練習
13:30-15:00

5

看

●歌声喫茶
14:00-15:00



6

看

●歌謡教室
13:30-15:00
▲俳句カフェ
11:00-12:30



7

看

●おもしろクラブ
ボイストレーニ
ング&うた
13:30-15:00



8

看

▲パソコン
クラブ
10:00-11:30
▲朝活！輪投げ
練習会
10:00-11:00
▲健康サロン
13:30-14:30

9



休館日

10

◆卓球クラブB
10:00-11:30
▲卓球フリー
13:00-15:00

お風呂休み

11



休館日

12

看

抽選●夏だ！
ゲーム大会
13:30-14:30
▲輪踊り
(盆踊り大会)
13:30-15:00



13

看

▲楊名時太極拳
10:00-11:30
▲俳句カフェ
11:00-12:30

14

看

▲輪投げの集い
13:30-14:30



15

看

▲亀福シネマ①
10:00-12:00
▲亀福シネマ②
13:30-15:30



16

▲卓球フリー
13:00-15:00



お風呂休み

17

◆卓球クラブA
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
▲おりがみ
サロン
13:30-15:00

お風呂休み

18

看

●卓球入門A
10:00-11:30
▲あみものハン
ドメイド
10:00-12:00
▲卓球フリー
13:00-15:00
◆民謡自主練習
13:30-15:00

19

看

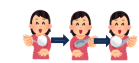
▲心が整う
ぬりえ午後活
13:30-15:00
▲健康教育教室
13:30-14:30

▲俳句カフェ
11:00-12:30
▲言語聴覚士に
よるお口の話し
13:30-14:30

20

看

●eスポーツ
10:00-11:00
●ちょこっと
リハビリゲーム
13:30-14:30



21

看

▲パソコン
クラブ
10:00-11:30
◆詩吟教室
13:30-15:00
▲防災講座及び
避難訓練
13:30-15:00

23



休館日

24

看

◆卓球クラブB
10:00-11:30
▲卓球フリー
13:00-15:00
●の～びのび
ゆったり体操
13:30-14:30



お風呂休み

25

看

●卓球入門B
10:00-11:30
▲亀福にアガ
11:00-12:00
▲卓球フリー
13:00-15:00
◆民謡自主練習
13:30-15:00

※申込受付開始日
※お知らせ発行日

26

看

▲心が整う
ぬりえ朝活
10:00-11:30
抽選●のぞみ薬局
出前講座
13:30-14:30
▲活き粋体操だ
よ！全員集合！
13:00-13:40
▲輪踊り
14:00-15:00

▲俳句カフェ
11:00-12:30
●ちょこっと
リハビリゲーム
13:30-14:30



27

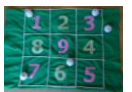
看

●おもしろクラブ
介護予防体操
13:30-15:00
▲新聞ちぎり絵
サロン
13:30-15:00

28

看

抽選●夏だ！
ゲーム大会
13:30-14:30



30

お風呂休み

31

▲朝活！輪投げ
練習会
10:00-11:00

お風呂休み



●申込制(先着)の講座※7月25日(土) 9時～窓口または電話でお申込みください。

ボンボン卓球

日時：8月1日(土)
13:30～14:30

講師：土井看護師

場所：1階 多目的室

定員：12名

※卓球台を使って立って体を動かします



の～びのびゆったり体操

日時：8月3日・24日(月)
13:30～14:30

場所：2階 和室大

講師：江尻看護師

定員：35名の申込制

※申込は両日とも可能です

※楽しい体操とオカリナ演奏に合わせて歌を歌います!

※各自「タオル」をご持参ください



卓球入門A・B(ラケットの握り方から学ぶクラスです)

日時：A-8月 4日・18日(火)

B-8月25日(火)

10:00～11:30

講師：近藤氏

場所：1階 多目的室

定員：各日10名

※卓球入門A、Bのいずれかのみとなりま



歌声喫茶

日時：8月5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：8月6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



「夏だ! ゲーム大会!」金魚すくい・的あて他

日時：8月12日(水)・29日(土)
13:30～14:30

講師：土井看護師

場所：1階 多目的室

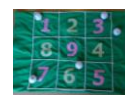
定員：12名

※申込はいずれかの日のみとなります

※申込期間→7/25(土)～8/1(土)

発表・当選連絡→8/7(金)～

※当選者へのみ電話連絡いたします



抽選



いきいき脳活倶楽部

日時：8月17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!



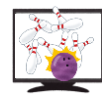
「eスポーツ」～ゲームの世界へようこそ～

日時：8月21日(金)
10:00～11:00

場所：1階 多目的室

定員：10名の申込制です

※大きなスクリーンでゲームを楽しんでみてはいかが!



ちょこっとリハビリゲーム

日時：8月21日(金)・27(木)
13:30～14:30

場所：2階 和室大

講師：江尻看護師

定員：12名の申込制

※申込はいずれかの日のみとなります

※楽しいゲームでちょこっとリハビリいかがですか!



のぞみ薬局出前講座 ※8月の講座は申込が必要です

「バランスの良い食事と果物について」

日時：8月26日(水)
13:30～14:30

場所：1階 多目的室

定員：30名の申込制

申込期間 → 7/25(土)～8/1(土)

発表・当選連絡 → 8/7(金)～

※当選者へのみ電話連絡いたします



抽選



おいせ

※8月の下記講座は、都合によりお休みさせていただきます。

「ピースアート」・「スクラッチアートA・B」・「ボンボンバレー」



●介護予防事業(先着)※7月25日(土) 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

ボイストレーニング&うた

日時：8月7日(金)
13:30～15:00

講師：岩渕 みわ 先生

場所：1階 多目的室

定員：35名

※声の出し方、腹式呼吸を学びます



おもしろクラブ

介護予防体操

日時：8月28日(金)
13:30～15:00

講師：森山 由起子先生

場所：1階 多目的室

定員：30名

※椅子に座って、上半身と下半身をしっかりと動かします
脳トレも取り入れており、脳の活性化にも繋がります



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(準備、安全面などを考慮して) ※申込制の講座で当日空気が出た場合、キャンセル待ちの方優先案内

※卓球講座の見学は入室不可(会場外から見学は可15分程度可)

よろしくお願ひします



▲【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。

卓球フリー

日時：8月 2日・16日（日）
8月 3日・10日・17日・24日（月）
8月 4日・18日・25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



あみものサロン

日時：8月4日（火）10:00～12:00
場所：ラウンジ(申込は必要ありません)
かぎ編みでご自分の作りたいものを作ります。
※毛糸、かぎ針は各自ご持参ください
※初心者の方向け講座ではありません



亀福シニアヨガ

日時：8月4日・25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

※自由参加ですが定員40名(先着)です



健康サロン

『心臓の話し&足の体操』

日時：8月8日（土）
13:30～14:30

場所：2階 和室大

講師：土井 看護師

※当日、入室受付は12:30～です

※自由参加ですが定員40名(先着)です



パソコンクラブ

日時：8月8日・22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



輪投げの集い ※チーム対抗戦です！

日時：朝活!輪投げ練習会
8月8日（土）・31日（月）10:00～11:00
輪投げの集い
8月14日（金）13:30～14:30

場所：2階 和室大

※自由参加ですが定員24名(先着)です



輪踊り

日時：8月12日（水）13:30～15:00

👉 盆踊り大会です

8月26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：8月13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ださい！



亀福シネマ

日時：8月15日（土）
①10:00～12:00 ②13:30～15:30

場所：1階 多目的室

※上映予定：「仔鹿物語」（1946年・米）

主演 グレゴリー・ベック 他

①②ともに同様のタイトルを上映します



おりがみサロン

日時：8月17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

『あさがおの額縁』を作しましょう♪



心が整うぬりえ朝活/午後活

日時：午後活-8月19日（水）13:30～15:00

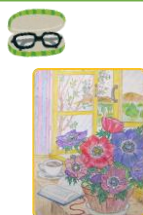
朝 活-8月26日（水）10:00～11:30

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



健康教育教室

「食中毒および感染症について」

日時：8月19日（水）
13:30～14:30

場所：2階 和室大

講師：城東保健相談所 保健師



新聞ちぎり絵サロン

日時：8月28日（金）
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!?



KOTO活き粋体操だよ！全員集合！

日時：8月26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！



おねがい 眼鏡のご用意をお願いします!!

ぬりえ・スクラッチアート・新聞ちぎり絵
おりがみ・ビーズアートなど



亀福
スタンプ



マークの付いている講座
で亀福スタンプゲット！

※スタンプカードは事務所でご用意しています。
必要な方は職員にお声掛けください





8月の“輪踊り”は「盆踊り大会」です

日時：8月12日（水）
13:30～15:00

場所：2階 和室大
※申込不要・自由参加



★防災講座及び避難訓練★

「地震・雷・台風 どう備える!？」

日時：8月22日（土）
13:30～15:00

講師：山崎正雄氏(防火防災危機管理アドバイザー)
場所：2階 和室大
※申込不要・自由参加



★言語聴覚士によるお口の話し★

「口から始める健康づくり」

日時：8月20日（木）
13:30～14:30

講師：大橋三広 言語聴覚士
場所：1階 多目的室
※申込不要・自由参加

お口のお話し



あみものハンドメイド

<今回のテーマ> “石垣編みのトートバッグ”

日時：8月18日（火）
10:00～12:00
(※月に1～2回開催予定)

場所：和室大(申込は必要ありません)

※初心者向けではありません

※レース糸、カギ針は各自ご持参ください



亀戸福祉会館は、

「高齢者猛暑一時休憩所」
として指定されています。

6月1日(月)～9月30日(水)
どうぞ、ご利用ください!



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)

