

平成23年  
5月



特定非営利活動法人 ワーカーズコープ

## 深川老人福祉センターだより

開館時間：午前9時～午後5時 休館日：第2・4日曜日

(本館) 江東区平野1-2-3

TEL 3643-1902

(分館) 江東区森下5-11-1

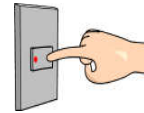
TEL 5624-6030

### 5月の講座開講について

東日本大震災の影響により、区の方針で全ての講座を休講しておりましたが、**5月より全ての講座を開講する準備を進めております。**(ただし、問題が起きた場合は休講させて頂く場合がありますのでご注意願います。)

なお、4月分休講した講座穴埋めに関しては、今後講師の方々と予定等を調整しながら決めさせて頂き、追って皆さまにご連絡を差し上げますので、どうぞよろしくお願い致します。

※館内では、引き続き節電を呼びかけております。  
皆さまのご協力をお願い致します。



### 敬老はり・マッサージ実施のお知らせ

皆さまの健康並びにその増進を図ることを目的として、はり・マッサージサービスを実施致します。  
ご希望の方はこの機会に是非お申し込み下さい！！

**※申し込みは先着順となります。申し込み開始日につきましては追って、館内の掲示板等で案内させて頂きます。**

実施予定日及び募集人数（先着順）

平成23年6月10日（金）	深川本館16名様	森下分館5名様
平成23年6月17日（金）	深川本館16名様	森下分館5名様

**はり治療**・・・気のバランスを整える技術です。更に、針治療は、信頼関係が前提となり、担当するはり師との信頼をもてこそ、はり療法で組み替えられた気の状態を気に入り、心身が楽になる効果を実感できます。

**マッサージ**・・・直接皮膚に求心的に施術することにより、主に静脈系血液循環の改善やリンパ循環の改善を目的とした手技療法です。



# 栄養相談

楽しく食べて、元気な心と体を作ります！

5月のテーマ



美味しく食べたい減塩のコツ！  
～うちの味噌汁の塩分チェック～

日時：5月9日（月）午後1:00～

場所：深川老人福祉センター 2階 実習室

申込：深川老人福祉センター 1階 事務室にて承ります。

持参して頂くもの：味噌汁小さじ3杯分

※ご家庭でお作りいただいている味噌汁を容器に入れてお持ち下さい。

■栄養相談はおおむね毎月第1月曜日に開催しています！

## 個別相談

日頃の食事や健康について不安や疑問に思っていることを相談してみませんか？

※講義の後、希望者1人15分程度です。



# 映画会のご案内

過ごしやすい季節となりました。

例年好評の『歩こう会』を予定していましたが、余震が続いている為、屋外での運動はまだ不安な状態であると判断いたしまして、『安全・安心』を最優先にセンター内でのイベントとして皆さまに大人気の映画会を4ヶ月に渡って催します。先着順となりますのでふるってご応募ください。

- ・6月3日（金）『典子は、今』
- ・7月8日（金）『男はつらいよ 寅次郎真実一路』
- ・8月5日（金）『アニメ 走れメロス』
- ・9月2日（金）『男はつらいよ 寅次郎かもめ歌』

時間：午後2時～

場所：深川老人福祉センター 2階 会議室

先着申込：各60名



※申し込みは先着順となります。  
申し込み開始日につきましては追って、館内の掲示板等で案内させていただきます。



映写技師：後藤治一様  
(ボランティア)

## 第1回 利用者懇談会のご案内(引継ぎご挨拶会)

4月より当法人が江東区老人福祉センターの指定管理者として社会福祉協議会様より管理運営を引き継ぎ、活動を開始致しました。つきましては、引継ぎご挨拶会をご利用代表者の皆様へ下記の通り案内致します。

日時：5月17日（火）午前10時～11時30分

場所：深川老人福祉センター 2階 会議室



# ⚠ センターからのお願い ⚠

最近、東日本大震災の義援金をはじめ、水道器具、ガス器具、電気器具の点検などを装い、催促する詐欺行為(電話含む)が高齢者の方を中心に相次いで発生しております。すぐに返事をせず、身内の方、近所や周りの方や、深川老人福祉センター職員、警察等に相談をするよう呼びかけております。

深川老人  
福祉センター  
平成23年度

## サークル紹介



- 折り紙サークル
  - つくし会(社交ダンス)
  - 恵陽会(生け花)
  - 恵和会(生け花)
  - 七宝の会
  - 道風会(書道かな)
  - 清寿会(書道漢字)
  - 俳画同好会
  - さくら会(民踊)
  - 深川ハーモニカサークル
  - 茶道の会
- ゆかり乃会(茶道)
  - 朗読サークルみやこどり
  - 水彩虹の会(水彩画)
  - あゆみ短歌会
  - コーラスさざんか
  - 深川吟友会(詩吟)
  - 松風の会(茶道)
  - 桃季(茶道)
  - すみれ会(民踊)
  - パッチワークサークル
  - パソコンサークル
- 深川囲碁あすなる会
  - シニアカローリング平野
  - ふかがわ古文書サロン
  - ◆ 園芸みづき
  - ◆ 和紙絵サークル翠会
  - ◆ 墨友会(水墨画)
  - ◆ 墨東会(水墨画)
  - ◆ 囲碁同好会”森下”
  - ◆ 囲碁同好会”深川”

◆は森下分館での活動になります。

### 5月予定表

〈森下分館〉

日	曜	午前	午後	日	曜	午前	午後
1	日			16	月		
2	月			17	火		
3	火			18	水	★囲碁教室 9:30	
4	水			19	木		
5	木			20	金		
6	金			21	土		
7	土			22	日	<b>休館日</b>	
8	日	<b>休館日</b>		23	月		★演歌カラオケ入門 2:00
9	月		★演歌カラオケ入門 2:00	24	火		★水墨画 2:00
10	火		★水墨画 2:00	25	水	★囲碁教室 9:30	
11	水	★囲碁教室 9:30		26	木		
12	木			27	金		
13	金			28	土		
14	土			29	日		
15	日			30	月		
				31	火		

分館

●健康相談 11-25日(水)

1:00~4:00

# 5月予定表

〈深川本館〉

日曜	午前	午後	日曜	午前	午後
1日			16月	★漢字 ★朗読 10:00 10:00	★体力もりもり 健康体操(月) 1:30 1:30
2月			17火	ゲートボール 健康体操(火) 9:30 10:30	
3火	ゲートボール 9:30		18水	★生け花 ★ゆったりヨガ 10:00 10:30	健康体操(水) 1:30
4水	★ゆったりヨガ 10:30		19木	★かな 健康体操(木) 10:00 10:30	運動体力アドバイス 1:30
5木	★かな 10:00		20金	太極拳 ★体力アップ教室 10:00 10:30	健康体操(金) 1:30
6金	★体力アップ教室 10:30		21土	レクダンス 10:00	★卓球 卓球アドバイス 1:00 3:00
7土	レクダンス 10:00		22日	<b>休 食 官 日</b>	
8日	<b>休 食 官 日</b>		23月	★はつらつ歌声 ★フラダンス 10:00 10:30	★詩吟 ★体力もりもり 健康体操(月) 1:30 1:30 1:30
9月	★はつらつ歌声 ★フラダンス 10:00 10:30	★詩吟 ★体力もりもり 健康体操(月) 1:30 1:30 1:30	24火	ゲートボール 健康体操(火) 9:30 10:30	
10火	ゲートボール 健康体操(火) 9:30 10:30		25水	★カローリング 10:00	★民謡 健康体操(水) 1:30 1:30
11水		★民謡 健康体操(水) 1:30 1:30	26木	★料理 ★はじめての手話 健康体操(木) 10:00 10:00 10:30	★俳画 運動体力アドバイス 1:30 1:30
12木	★はじめての手話 健康体操(木) 10:00 10:30	★俳画 運動体力アドバイス 1:30 1:30	27金	ジャズダンス ★体力アップ教室 10:00 10:30	★ハーモニカ 健康体操(金) 1:30 1:30
13金	ジャズダンス ★体力アップ教室 10:00 10:30	★ハーモニカ 健康体操(金) 1:00 1:30	28土	レクダンス 10:00	
14土	レクダンス 10:00	★卓球 卓球アドバイス 1:00 3:00	29日		
15日			30月		★体力もりもり 健康体操(月) 1:30 1:30
			31火	健康体操(火) 10:30	

各種相談 日程(場所:2階①相談室②実習室)

①健康相談 2・9・16・23日(月) 1:30~4:00  
12・19・26日(木) 1:00~4:00

②栄養相談 9日(月) 1:00~



★印の教室は事前申込制。印のないものは自由参加です。

お風呂は月・水・金 12:00~3:00

※今月のお風呂のお休みは4日(水)です。