

平成25年  
7月号

6月25日発行

特定非営利活動法人 ワーカーズコープ

深川ふれあいセンターだより  
(老人福祉センター)

開館時間: 午前9時～午後5時 休館日: 第2・4日曜日

(深川) 江東区平野1-2-3 TEL 3643-1902

(森下) 江東区森下5-11-1 TEL 5624-6030



## みんなの昭和歌謡 開催!

懐かしの名曲を皆で唄います。今回は6月以前に頂いたリクエストを中心とした15曲をお送りする予定です。

日 時◆7月26日(金) 午後1時会場  
開 演◆午後1時半～(2時間前後の予定)  
定 員◆70名(予約した方のみ入場頂けます)  
場 所◆深川ふれあいセンター 2階 会議室  
申込方法◆深川ふれあいセンター窓口及び電話受付  
(森下は窓口のみの受付となります。)



### リクエストについて

たくさんのリクエストを頂いておりますので、今回の昭和歌謡でお応えしきれない事がございます。  
その場合は次回以降の昭和歌謡で反映させて頂きますので  
予めご了承下さい。

詳細につきましては、館内の掲示物やチラシをご覧ください。



## 家具転倒防止用具説明会

災害時に備えて家具類の転倒・落下防止対策を江東区高齢者支援課・深川消防署が丁寧に説明! 相談・質問コーナーもございます!

日 時◆7月23日(火) 午後4時～(30分の予定)  
場 所◆深川ふれあいセンター 2階 会議室  
申込受付◆深川ふれあいセンター窓口及び電話  
(森下は窓口のみの受付となります。)



詳細につきましては、館内の掲示物やチラシをご覧ください。



# 平成25年度 江東区自悠大学受講生募集

今年も、皆さまの生涯学習の応援を目的に、老人福祉センター・グランチャ東雲で自悠大学を開講します！詳細は江東区報（6/21号）または受講案内でお知らせします。受講案内については下記を御覧ください。※専用はがきでの申込です。

受講案内配布日◆7月2日（火）～19日（金）

設置場所◆江東社協・ふれあいセンター・グランチャ東雲  
福祉会館・出張所・図書館

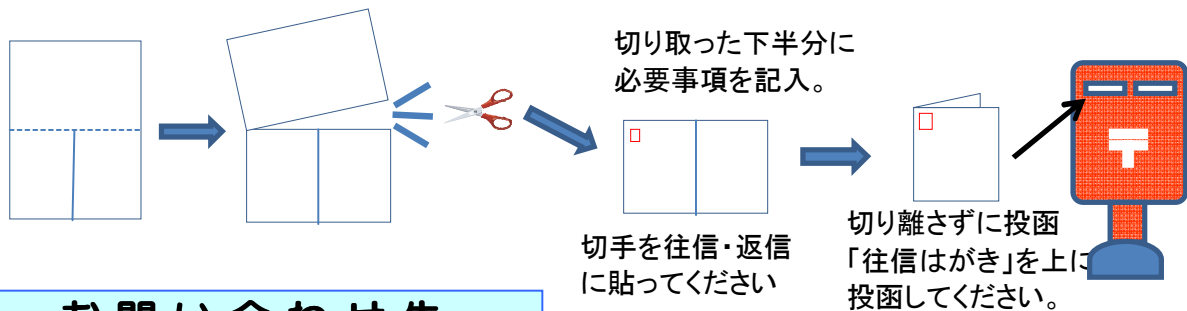
内容◆生活・社会・文学・歴史・健康など全20講座  
※今年度は新たにシリーズ講座を設けました！

申込方法◆

1. 専用往復申込はがき（上記配布場所にある受講案内に添付）  
※下記の手順にそって、ご準備をお願い致します。

2. 50円切手 2枚（往信・返信両方に貼ってください）  
専用往復はがきに必要事項を記入して切手を2枚貼り、  
投函してください。

※電話・窓口では受付いたしません。



お問い合わせ先

江東区社会福祉協議会 地域福祉推進課 TEL：3640-1200

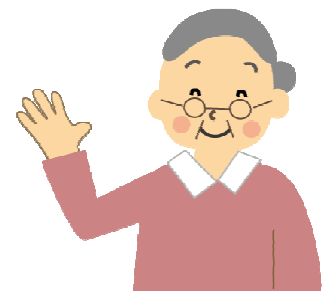


## 「いつまでも元気で過ごそう 介護予防」説明会

高齢期の生活上の困り事に必要な情報をお知らせします。

日時◆7月17日（水） 午前10時半～  
場所◆深川ふれあいセンター 2階 会議室  
担当◆冬木長寿サポートセンター  
長寿サポート古石場

申込受付◆深川ふれあいセンター窓口及び電話  
（森下は窓口のみの受付となります。）



詳細につきましては、館内の掲示物やチラシをご覧ください。



## ハーモニカサークル 成果発表会のお知らせ

日 時◆7月19日(金)  
午後1時~4時  
場 所◆深川ふれあいセンター  
1階 体育室



## DVD上映会のお知らせ

タイトル◆下町の太陽(1963年)  
出 演◆倍賞千恵子、勝呂誉ほか  
場 所◆深川ふれあいセンター  
2階 会議室

## 報告 熱中症予防講座 を行いました。



6月14日(金)  
に熱中症講座を行  
い、24名の方  
にお越しいた  
きました。思  
わず冷たい

いモノで水分補給をしてしま  
うが影響があるかなどの質  
問が出るほど、参加者が真  
面目に講義を受けていた  
印象がありました。熱中症  
になってからでは遅いので  
、しっかりした対策をと  
っておきたいところです  
ね。

## 報告 野菜販売を行いました。

5月に「ふれあいウォーキング農業  
編」で利用者の皆さまと、田  
植えやサツマイモ植えをした  
茨城県茨城町の畑で穫れた  
野菜が時々届きます。6月  
10日(月)、18日(火)には  
カブや大根が届き、延べ64  
名の方に種代カンパをして  
頂きました。**7月8日(月)  
午前に1階ロビーでジャガイ  
モ販売を行う予定です!**  
このように今後も不定期  
で野菜販売を行う予定で  
すので是非ご活用下さい☆

# 7月の日程【森下】

日	曜	午前	午後	日	曜	午前	午後
1	月			16	火		
2	火			17	水	★囲碁入門 9:30	
3	水			18	木		
4	木			19	金		★悠々英会話 2:00
5	金		★悠々英会話 2:00	20	土		
6	土			21	日		
7	日			22	月		
8	月			23	火		★水墨画 2:00
9	火		★水墨画 2:00	24	水	★囲碁入門 9:30	
10	水	★囲碁入門 9:30		25	木		
11	木			26	金		
12	金			27	土		シネマ倶楽部 1:30 ※要予約
13	土		シネマ倶楽部 1:30 ※要予約	28	日	<b>休 食 官 日</b>	
14	日	<b>休 食 官 日</b>		29	月		
15	月			30	火		
				31	水		

## 健康相談

日にち: 3・17日(水)  
時 間: 午後1時~4時



# 7月の日程【深川】

日曜	午前	午後	日曜	午前	午後
1月	★漢字 ★朗読 ★社交ダンス入門	10:00 10:00 10:00	<b>栄養相談</b>	ゲートボール <b>パン工房</b>	1:00 1:30
2火	ゲートボール 健康体操(火)	9:30 10:30		<b>ランチ倶楽部</b> ★ゆったりヨガ いつまでも元気で 過ごそう介護予防	10:00 10:30 10:30
3水	★生け花 ★健康料理 ★ゆったりヨガ	10:00 10:00 10:30	健康体操(水)	★かな	1:30 2:30
4木	★かな 健康体操(木)	10:00 10:30	運動体力アドバイス		2:30
5金	太極拳 ★体力アップ (対象者のみ)	10:00 10:30	健康体操(金)	太極拳 ★体力アップ (対象者のみ)	1:30 10:00 10:30
6土	レクダンス	10:00		レクダンス	2:30 10:00
7日					
8月	★はつらつ歌声 ★フラダンス ★体力もりもり	10:00 10:30 10:30	健康体操(月) ★演歌カラオケ入門 ふれあいサロン	★はつらつ歌声 ★フラダンス ★体力もりもり	1:30 2:00 2:00
9火	ゲートボール 健康体操(火)	9:30 10:30		ゲートボール 健康体操(火) <b>日本の歌</b>	4:00 10:30 10:30
10水			★民謡 健康体操(水)	★カラーリング	1:30 1:30 1:30
11木	★はじめての手話 健康体操(木)	10:00 10:30	★俳画 健康体操(水)	★はじめての手話 健康体操(木)	1:30 1:30 2:30
12金	脳トレ体操 ★体力アップ (対象者のみ)	10:00 10:30	★俳画	脳トレ体操 ★体力アップ (対象者のみ)	1:30 1:30 1:30
13土			★ハーモニカ 健康体操(金)	レクダンス	1:00 1:30 1:30
14日	<b>休食官日</b>		★卓球入門 卓球アドバイス		1:00 3:00
15月	★社交ダンス入門 ★体力もりもり	10:00 10:30	<b>DVD上映会</b>		2:00
<b>健康相談</b>			<b>お風呂</b>		
月曜日：1・8・22日 木曜日：4・11・18・25日 時間：午後1時～4時 場所：2階 相談室			毎週 月・水・金 12:00～3:00 【お休み】15日		
16火					
17水					
18木					
19金					
20土					
21日					
22月					
23火					
24水					
25木					
26金					
27土					
28日	<b>休食官日</b>				
29月					
30火					
31水					

- 『★印』のない講座は自由参加です。是非ご参加下さい。
- 日程の変更や行事の追加などがある場合がございますので予めご了承下さい。