

平成26年
10月号

9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
(深川老人福祉センター)
住所：江東区平野1-2-3 電話番号：3643-1902
開館時間：午前9時～午後5時 休館日：第2・4日曜日
ホームページ：<http://kotoroufuku.web.fc2.com/>

😊😊 平野児童館と共催！「ふれあい秋まつり」

毎年恒例となりました平野児童館との共催秋まつり！
今年も楽しいイベントばかりです！皆さま揃っておいでください。



日 時◆10月26日(日) 午前10時～午後3時半
会 場◆深川ふれあいセンター・平野児童館
主要内容◆模擬店・イベントブース・掘り出し市
(予定) お茶会・工作、ゲームコーナー など

秋まつり お茶会のご案内

どなたでもお気軽に抹茶とお菓子を美味しくいただけます
深川ふれあいセンターで活動している4つのサークル
(茶道の会・ゆかりの会・松風の会・桃季)が担当します。



日 時◆ 10月26日(日) 午前10時～
場 所◆ 2階 第2教養娯楽室(和室)
参 加 費◆ 200円(お菓子付)
お茶席時間 1席：10時00分 2席：10時45分
(各席10人) 3席：11時30分 4席：12時15分
5席： 1時00分 6席： 1時45分

バザーの物品提供をお願いします！

引き続き、バザーの物品提供をお願いします。
ご家庭で使わなくなったモノがございましたらご寄付下さい！
ご協力をお願いします。(受付期間：10月11日(土)まで)
受付場所◆深川ふれあいセンター 1階 事務室

※郵送は受け付けておりません。

受付物品◆日用品・雑貨 被服・服飾雑貨
文具・玩具 書籍・CD など



健康体操の参加方法について

自由参加型の健康体操(月)～(金)にお越しただいでる
皆さまに参加方法についてのお知らせです。

- 開講30分前に出席簿を体育室入り口に出します。
①血圧を測り、血圧カードに血圧・脈拍を記入します。
②出席簿に名前、血圧などを記入します。
③記入後、マットを取ります。※先に確保はしないで下さい。

※出席簿の記入者が50人に達した時点で受付終了です。



皆で気持ちよく参加出来るよう、ルールを守ってご利用下さい。ご協力お願い致します。

日本の歌

ピアノの生伴奏に合わせながら、
皆で楽しく歌います♪今年度最後ですので、
皆さまの参加お待ちしております。



日にち◆10月29日(水) 午前10時～
場 所◆2階 会議室
曲 目◆北帰行・時計台の鐘
昂・今日の日はさようなら
申込方法◆1階 窓口及び電話で受付

あぐり♡ワーカーズ稲刈りツアー

茨木町で稲刈り体験をしませんか？お昼は
バーベキュー&美しい湖沼観光をします。

日にち◆10月5日(日)
時 間◆午前7時45分～午後5時45分
(深川ふれあいセンター前にてバス乗降)
参加費◆3000円



▲田植えの様子(5月)

行事などの詳細は、館内の掲示物やチラシをご覧ください。

深川ふれあいセンター 10月の予定

※森下ふれあいセンターの予定表は別紙、「森下ふれあいセンターだより」をご覧ください。

| 日 | 曜 | 午前 | 時間 | 午後 | 時間 | ゆ | 健 |
|----|---|--------------------------------|-------------------------|-------------------------------|------------------------|------------------|--------------|
| 1 | 水 | ゆったりヨガ | 10:30 | ★健康体操(水) いきいき食生活 | 1:30 2:30 | ゆ | |
| 2 | 木 | ★書道かな 健康体操(木) | 10:00 10:30 | ★深川ふれあい体操 | 1:30 | | 健 |
| 3 | 金 | ★太極拳 いきいきトレーニング | 10:30 10:30 | ★健康体操(金) 自悠大学 B | 1:30 2:00 | ゆ | |
| 4 | 土 | ★レクダンス | 10:00 | ★アドバイス体操 | 1:30 | | |
| 5 | 日 | ●あぐり♡ワークス | 7:45 | | | | |
| 6 | 月 | 社交ダンス入門 書道漢字 朗読 | 10:00 10:00 10:00 | ★健康体操(月) ●昭和歌謡 | 1:30 1:30 | ゆ | 健 |
| 7 | 火 | いきいき食生活 午前10時～正午12時 | | ★ゲートボール 自悠大学 A ★健康体操(火) | 9:30 10:00 10:30 | ●茶道入門 ●ふれあい手芸 | 2:00 2:00 |
| 8 | 水 | | | ★健康体操(水) 民謡 | 1:30 1:30 | ゆ | |
| 9 | 木 | ★はじめての手話 健康体操(木) | 10:00 10:30 | ★深川ふれあい体操 | 1:30 | | 健 |
| 10 | 金 | ★体力もりもり 脳トレ体操 いきいきトレーニング | 9:20 10:30 10:30 | 初級ハーモニカ ★健康体操(金) 自悠大学 B | 1:00 1:30 2:00 | ゆ | |
| 11 | 土 | ★レクダンス | 10:00 | ★卓球入門 ★卓球アドバイス | 1:00 3:15 | | |
| 12 | 日 | 休 館 日 | | | | | |
| 13 | 月 | | | ●栄養相談 | 1:00 | | |
| 14 | 火 | ★ゲートボール 自悠大学 A ●パン工房 | 9:30 10:00 10:00 | いきいき食生活 | 2:30 | | |
| 15 | 水 | 生け花 ゆったりヨガ ★障センバザー | 10:00 10:30 11:00 | | | ゆ | |
| 16 | 木 | 書道かな | 10:00 | | | | 健 |
| 17 | 金 | ★体力もりもり いきいきトレーニング | 9:20 10:30 | 自悠大学 B | 2:00 | ゆ | |

| 日 | 曜 | 午前 | 時間 | 午後 | 時間 | ゆ | 健 |
|----|---|---------------------------------|----------------------------------|----------------------|--------------|---|---|
| 18 | 土 | ★レクダンス | 10:00 | ★アドバイス体操 | 1:30 | | |
| 19 | 日 | | | | | | |
| 20 | 月 | 社交ダンス入門 書道漢字 健康麻雀 | 10:00 10:00 10:00 | ★健康体操(月) | 1:30 | ゆ | 健 |
| 21 | 火 | ★自悠大学 A 健康体操(火) | 10:00 10:30 | ★茶道入門 いきいき食生活 | 2:00 2:30 | | |
| 22 | 水 | ★カロリーニング ★サポーター会議 | 10:00 10:00 | ★健康体操(水) | 1:30 | ゆ | |
| 23 | 木 | ★はじめての手話 ●ランチ倶楽部 ★健康体操(木) | 10:00 10:00 10:30 | ●折り紙教室 | 1:30 | | |
| 24 | 金 | ★脳トレ体操 | 10:30 | ★健康体操(金) | 1:30 | ゆ | |
| 25 | 土 | | | | | | |
| 26 | 日 | ふれあい秋まつり 午前10時～午後3時半 | | | | | |
| 27 | 月 | ★はつらつ歌声 健康麻雀 朗読 フラダンス | 10:00 10:00 10:00 10:30 | ★健康体操(月) 演歌カラオケ入門 | 1:30 2:00 | ゆ | 健 |
| 28 | 火 | ★ゲートボール 自悠大学 A ★健康体操(火) | 9:30 10:00 10:30 | いきいき食生活 | 2:30 | | |
| 29 | 水 | ●日本の歌 | 10:00 | ★健康体操(水) | 1:30 | ゆ | |
| 30 | 木 | ★健康体操(木) | 10:30 | ●DVD上映会 | 1:30 | | |
| 31 | 金 | ★体力もりもり いきいきトレーニング | 9:20 10:30 | ★健康体操(金) 自悠大学 B | 1:30 2:00 | ゆ | |

★…自由参加型の講座など ●…事前申込が必要な行事など
その他は受講生確定済みの為、受講生以外の参加は出来ません。

お風呂 月・水・金 12:00～3:00
健康相談 月・木 1:00～4:00



※10月13日(月)～26日(日)は秋まつり準備の為、小体育室は使用できません。ご理解をお願い致します。