

2025年（令和7年）

東砂福祉会館

〒136-0074 東砂7-15-3

☎3646-0461 FAX3648-9247

都バス

（亀29）亀戸駅—なぎさニュータウン

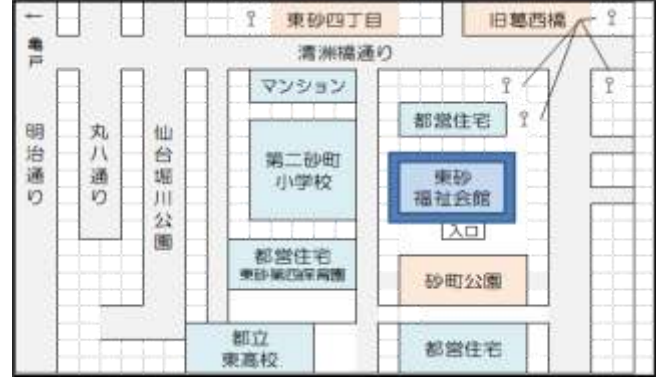
（両28）両国駅—葛西橋

（秋26）秋葉原—葛西駅

（門21）東大島—門前仲町 ☆いずれも旧葛西橋

（亀21）亀戸駅—東陽町駅 または東砂四丁目下車

開館時間 9:00～19:00 日曜日のみ18:00



日	月	火	水	木	金	土
 <p>東砂福祉会館ホームページ↓</p> 			1	2	3	4
			年始休館日	年始休館日	年始休館日	お風呂 あります! 
5	6	7	8	9	10	11
お風呂休み 将棋例会	お風呂休み	13:30 スカットボール 13:30 KOTO活き粋 体操	13:00 スマイル コーラス 13:30 民踊練習日	10:00 百人一首 13:30 皆で歌おう会	10:00輪踊り 13:30 ひだまり (介護予防体操) 13:30 民謡教室	10:00 生花教室
12	13	14	15	16	17	18
休館日	休館日  成人の日	9:30 卓球サークル 13:30 スカットボール 13:30 KOTO活き粋 体操	10:00 絵手紙教室 13:30 民踊練習日	13:30 皆で歌おう会	13:00 健康教育 (高血圧について) 13:30 ひだまり (歌・レク)	10:00 太極拳 13:30 詩吟教室
19	20	21	22	23	24	25
お風呂休み	お風呂休み	9:30 卓球サークル 13:30 スカットボール 13:30 KOTO活き粋 体操	10:30歌唱教室 13:00 スマイルコーラス 13:30 民踊練習日	10:00 百人一首 13:30 書道教室	10:00輪踊り 13:30 ひだまり (元気アップ体操) 13:30 民謡教室	ひだまりクラブ 9:00より
26	27	28	29	30	31	
休館日	お風呂休み	13:30 スカットボール 13:30 KOTO活き粋 体操	13:30 民踊練習日		13:00 健康教育 (口腔ケア) 13:30 ひだまり (3B体操)	 

迎春

あけまして



おめでとうございます

本年もどうぞよろしくお願いいたします

1月イベント

健康教育

1月17日（金）13:00～13:30
高血圧について

1月31日（金）13:00～13:30
口腔ケアについて

窓口にて予約受付 😊

演芸大会は2月8日（土）

詳細は2月のおしらせにて

ひだまりクラブ（介護予防グループ）※上履きをご持参ください

12月25日（水）9:00より窓口にて受付開始

10日（金） 13:30～ 介護予防体操 （森山由起子先生）	17日（金） 13:30～ ～ 歌・レクリエーション	24日（金） 13:30～ 元気アップ体操 （金子美保子先生）	31日（金） 13:30～ ～ 3B体操
---	-------------------------------------	--	-------------------------------

定員※2月の申し込みは1月25日（土）9:00より窓口にて受付開始

定員20名

☆お風呂の利用について☆

9:00から受付開始 窓口のみの対応です。

利用時間 火～土曜日 11:00～15:00 定員制。当日受付順にご利用いただきます。

* 金曜日の14:00～15:00は、介助者同伴の介助入浴のみとなっています。

