

2025年(令和7年)

東砂福祉会館 2月

開館時間 9:00~19:00 日曜日のみ18:00

☎3646-0461 FAX3648-9247 <https://higashisuna.ashita-ba.co.jp/index.html>

〒136-0074 東砂7-15-3

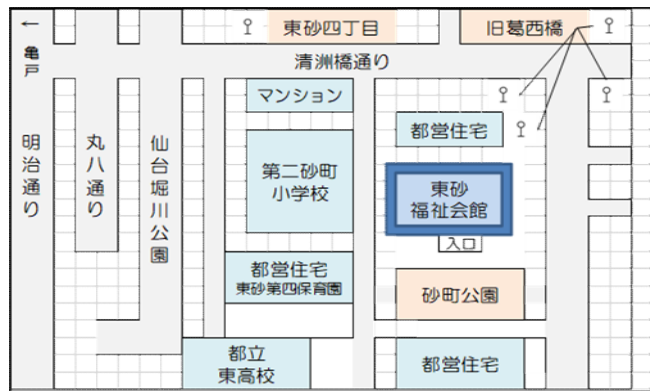
都バス (亀29) 亀戸駅-なぎさニュータウン

(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



運営会社：株式会社 明日葉

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---------------|---|--|---|--|---|
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>年間登録の【生花教室・絵手紙教室・書道教室・卓球サークル】は満員です。 令和7年度年間登録教室・サークルの詳細は4月のおしらせに掲載いたします。 その他の教室・サークルは参加者募集中です。お問い合わせください♪</p> </div> | | | | | | <p>10:00 生花教室 13:30 詩吟教室</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>豆まき やります♪</p> </div> |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| お風呂休み (節分) | お風呂休み | <p>9:30 卓球サークル</p> <p>13:30 スカットボール</p> <p>13:30 KOTO活き粋 体操</p> | <p>13:00 スマイル コーラス</p> <p>13:30 民謡練習日</p> | <p>13:30 皆で歌おう会</p> | <p>13:00 健康教育 (低栄養について)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <p>13:30ひだまり (お話の扉・ ゆったり太極拳)</p> </div> | <p>春こいまつり 演芸大会</p> <p>お風呂休み</p> |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 休館日 | お風呂休み | 休館日 (建国記念日) | <p>13:30 民謡練習日</p> | <p>10:00 百人一首</p> <p>13:30 民謡教室</p> | <p>10:00輪踊り</p> <p>13:30 民謡教室</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <p>13:30ひだまり (介護予防体操)</p> </div> | <p>10:00 太極拳</p> <p>13:30 詩吟教室</p> |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| お風呂休み | お風呂休み | <p>9:30 卓球サークル</p> <p>13:30 スカットボール</p> <p>13:30 KOTO活き粋 体操</p> | <p>10:00 絵手紙教室</p> <p>13:30 民謡練習日</p> | <p>13:30 皆で歌おう会</p> | <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <p>10:00 折り紙教室</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <p>13:30ひだまり (歌・レク)</p> </div> | |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | |
| 休館日 (天皇誕生日) | 休館日 (振替休日) | <p>13:30 スカットボール</p> <p>13:30 KOTO活き粋 体操</p> | <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <p>3月分ひだまりクラブ 9:00受付開始</p> </div> <p>13:00 スマイル コーラス</p> <p>13:30 民謡練習日</p> | <p>10:00 百人一首</p> <p>13:30 書道教室</p> | <p>10:00輪踊り</p> <p>13:30民謡教室</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <p>13:30ひだまり (転倒予防体操)</p> </div> | |

絵手紙教室 作品展 19日(水)~22日(土)

書道教室 作品展
28日(金)~3月3日(月)

2月1日(土) 節分の豆まきをします！
お楽しみに♪

春こいまつり(演芸大会)

2月8日(土)12:30～

東砂福社会館の教室・サークルの皆様
日頃の活動の成果を発表して頂きます。
どなたでもご鑑賞頂けますので、
応援の程よろしくお願い致します！

終活講座～明治安田生命presents～

3月11日(火)14:00～15:00

詳細は館内ポスターご覧ください
☆窓口にて申し込み受付中

ノルディックポール(健康体操)

3月15日(土)10:00～

ポールを使って福社会館の周りをウォーキングします！
持ち物:タオル、飲み物

(↑雨天の場合は体育室を使用しますので
上履きをご持参ください)

☆2月26日(水)9:00より申し込み受付開始

折り紙教室

お菓子皿を作ります！

2月21日(金)10:00～

持ち物:牛乳パック3枚 中島進先生
(洗って開いて干してお持ちください)
のり、はさみ、定規、筆記用具

☆1月25日(土)9:00より申し込み受付開始



絵手紙教室 作品展

2月19日(水)～22日(土)

書道教室 作品展

2月28日(金)～3月3日(月)

☆玄関ロビーに展示いたします。
ぜひご覧ください！

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

1月25日(土)9:00より申し込み受付開始

7日(金)

13:30～

お話の扉・
ゆったり太極拳
(高美学雄先生)
定員15名

14日(金)

13:30～

介護予防体操
(森山由起子先生)
定員20名

21日(金)

13:30～

歌・レクリエーション
(伊藤成先生)
定員15名

28日(金)

13:30～

転倒予防体操
(上野幸先生)
定員20名

※3月の申し込みは2月26日(水)9:00より申し込み受付開始

☆お風呂の利用について☆

9:00から窓口にて受付開始です。

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。

ラジオ体操第一を10:45～おこないます。ラジオ体操は自由参加です。