

2025年（令和7年）

東砂福祉会館 5月

開館時間 9:00~19:00 日曜のみ18:00

☎3646-0461 FAX3648-9247

〒136-0074 東砂7-15-3

<https://higashisuna.ashita-ba.co.jp/index.html>

🚗都バス【亀29】亀戸駅-なぎさニュータウン

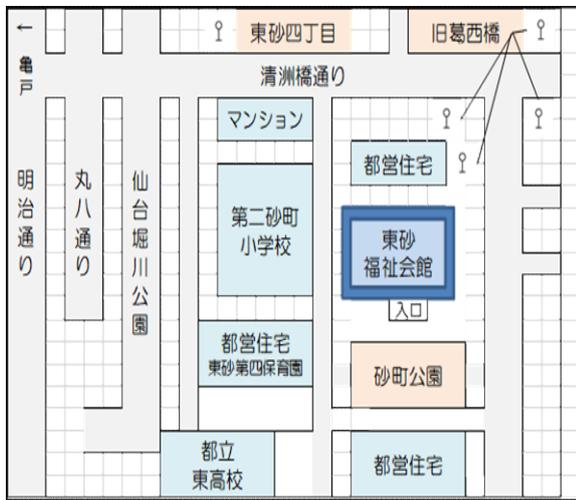
【両28】両国-葛西橋

【門21】東大島-門前仲町

【秋26】秋葉原-葛西駅

【亀21】亀戸駅-東陽町駅

☆いずれも旧葛西橋または東砂四丁目



運営会社：株式会社 明日葉

日	月	火	水	木	金	土
 <p>5月19日の将棋例会は 中止 となりました。</p> 				1	2	3
				13:30 皆で歌おう会	お風呂は 喜蒲湯です  13:30ひだまり (100歳まで 動ける体づくり Sintex®Elderly) (旧元気アップ体操)	憲法記念日  休館日
4	5	6	7	8	9	10
 みどりの日 休館日	 こどもの日 お風呂休み 開館しています♪	 振替休日 休館日	13:00 スマイルコーラス 13:30 民謡練習日	10:00 百人一首 13:30 民謡教室	10:00輪踊り 13:30民謡教室 13:30ひだまり (介護予防体操)	10:00 ノルディックポール (健康体操) 13:30詩吟教室
11	12	13	14	15	16	17
休館日	お風呂休み	9:30 卓球サークル 13:30 スカットボール	13:30 民謡練習日	13:30 皆で歌おう会		10:00太極拳
18	19	20	21	22	23	24
お風呂休み	お風呂休み	9:30 卓球サークル 13:30 KOTO活き粋体操	10:00絵手紙教室 13:30 民謡練習日	10:00百人一首 13:30書道	10:00輪踊り 13:30民謡教室	10:00生花教室
25	26	27	28	29	30	31
休館日	6月分 ひだまりクラブ 9:00受付開始 お風呂休み	13:30 スカットボール	10:00歌唱教室 13:00 スマイルコーラス 13:30 民謡練習日		13:30ひだまり (歌・レク)	13:30詩吟教室

令和7年度 年間登録教室・サークル 抽選結果

絵手紙教室

申込みされた方**全員受講可**です。
初回は5月21日(水)10:00~です。

卓球サークル

申込みされた方**全員受講可**です。
初回は5月13日(火)9:30~です。

生花教室

申込みされた方**全員受講可**です。
初回は5月24日(土)10:00~です。

※4月30日(水)までに
初回のお花代1,200円を
お支払いください。

書道教室【前期】

申込書控えの受付番号をご確認ください。

1	2	3	5	7	8	9	10
11	12	13	14	15	17	18	20
21	23	24	25	26	27	28	29

初回は5月22日(木)13:30~です。

しょうぶ 菖蒲湯

5月2日(金)
は菖蒲湯です。
お楽しみに♪



ノルディックポール

5月10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!
(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。)

持ち物: 飲み物、タオル

☆4月26日(土) 9:00より申し込み受付開始 先着10名



サテライトカフェ6月開催予定!

サテライト城東南部

東砂長寿サポートセンター

東砂福社会館

共催

10:00~12:00 体育室にて。

詳細は決まり次第お知らせ致します♪

6月よりフラダンスが始まります!

初回は6月4日(水) 10:30~

座ってでもできます♪

持ち物: 飲み物

(パウスカートお持ちの方はお持ちください)

☆窓口にて予約受付中



新規入会キャンペーン 実施中!!

5月31日(土)まで
福社会館にまだ利用登録
されていない方や、ご友人
から紹介を受けた方、
紹介者の方に粗品を
プレゼントいたします!

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

4月26日(土) 9:00より申し込み受付開始

2日(金) 13:30~

100歳まで動ける体づくり

Sintex®Elderly

(旧元気アップ体操)

(金子美保子先生) 定員20名

“元気アップ体操”の名称が
「100歳まで動ける体づくり
Sintex®Elderly」に
変更になりました!

9日(金)

13:30~

介護予防体操

(森山由起子先生)

定員20名

30日(金)

13:30~

歌・レクリエーション

(伊藤成先生)

定員15名

※6月の申し込みは **5月26日(月) 9:00**より受付開始

おいらせ

5月1日(木)からお風呂の受付時間が

10:55~に変更となります。

【利用時間: 火~土曜日 11:00~15:00】

10:45~ラジオ体操第一 (参加自由)

10:55~窓口にてお風呂受付開始

11:00~15:00受付順・定員制での入浴となります。

※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。

