

# 森下ふれあいセンター

(深川老人福祉センター・森下分館) だより

令和3年  
12月号

住所：江東区森下5-11-1 電話番号：5624-6030  
 開館時間：午前9時～午後9時半（個人利用は午後5時まで）  
 休館日：毎月第2・4日曜日／年末年始  
 ホームページ：<http://fukagawahirano.roukyou.gr.jp/>  
 指定管理者：特定非営利活動法人 ワーカーズコープ

森下ふれあいセンター（深川老人福祉センター・森下分館）は江東区内にお住まいの60歳以上の方が利用できる施設です。初めてセンターをご利用の方は身分証をお持ちの上、窓口にて入館登録手続きを行ってください。

## 【先着申込制】いきいき体操 参加者募集！

介護のいらぬ生活を目指して軽度な椅子体操を行います。



日時◆ **12月1日・22日（各水曜日）**  
**午前10時半～11時半**  
 場所◆ 森下ふれあいセンター2階 大会議室  
 定員◆ **12名（予約先着制）**  
 内容◆ 筋トレ・有酸素運動・脳トレ 他  
 申込方法◆ **11月27日（土）より窓口、**  
**またはお電話にてお申込み下さい。**

## 【先着申込制】ボランティア企画 折り紙教室 参加者募



初心者の方でも楽しんで作れる折り紙を、森下ふれあいセンターで活躍しているボランティアの方が教えます。今回は「寅」がテーマです。



日時◆ **12月18日（土）午前10時～11時半**  
 場所◆ 森下ふれあいセンター2階 大会議室  
 定員◆ **10名（予約先着順）**  
 持ち物◆ はさみ・のり・定規・折り紙  
 申込方法◆ **12月4日（土）より窓口、またはお電話にてお申込み下さい。**

※今後の状況に応じて、開催を中止させて頂く場合がございますので予めご了承下さい。

## 【先着申込制】「きがるに脳トレ」参加者募集



皆でDVDを観ながら問題を解いたり、クイズに答えたりと気軽に楽しく脳を活性化！  
 日時◆ **毎週月曜日 午前9時45分～11時半**  
 （開催日程は裏面をご確認下さい）

会場◆ 森下ふれあいセンター 2階 大会議室  
 ※感染予防のため、**先着申込／定員制**です。

定員◆ **各20名（予約先着制）**  
 申込◆ **参加希望回の1週間前より先着順**で予約を受け付けます。

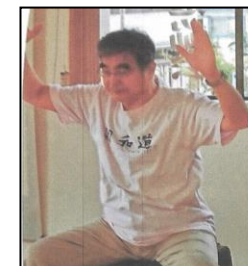
例：12月6日（月）の開催回に参加したい！

→ 1週間前の11月29日（月）から申込みスタート  
 窓口、またはお電話にてお申込み下さい。



## ★今月のこれ見て！写真館

「丹田呼吸法サークル」が新しく仲間に加わりました。



第3日曜日 午前10時～12時（2階 大会議室）  
**入会・見学 大歓迎！**  
 お問い合わせは事務所窓口まで

## 年末年始の休館について

本年も当館をご利用いただき誠にありがとうございます。

**令和3年12月29日（水）**  
**～令和4年1月3日（月）**

年末年始のため、上記期間休館いたします。来年のご利用も



お問い合わせ

森下ふれあいセンター  
 （正式名称：深川老人福祉センター・森下分

電話番号：5624-6030

★江東区森下5-11-1（平安祭典並び・新高橋のたもと）

電車：菊川駅 A4出口 徒歩15分

バス：猿江一丁目 停留所 徒歩5分 ほか


★施設運営団体：特定非営利活動法人ワーカーズコープ

















当館は森下文化センターではございませんのでご注意下さい。



# 森下ふれあいセンター2021年12月 館内日程予定表

マーク

自…申込不要の自由参加行事 予…事前申込が必要な行事など サ…登録サークル 講…受講生確定済みの講座 (受講生以外の参加は不可)  
 オケ…カラオケ利用 (  マークはカラオケの利用ができます) 午前：9時～12時 午後：1時～4時(お昼休憩あり)

日	曜	午前	時間	オケ	午後	時間	オケ	日	曜	午前	時間	オケ	午後	時間	オケ	
1	水	予 いきいき体操	10:30		サ 麻雀同好会	1:00		16	木	サ 深川扇会	9:30		サ ふれ愛サポーター	1:00		
					講 呼吸を深めるヨガ森下	1:30										
2	木	サ 深川扇会	9:30					17	金	サ 森下さくら会	10:00		講 の～んびり悠々英会話	2:00		
3	金	サ 森下さくら会	10:00		講 の～んびり悠々英会話	2:00		18	土	予 ボランティア折り紙教室	10:00					
4	土							19	日	サ 丹田呼吸法	10:00		サ パソコンサークル	1:00		
5	日				サ パソコンサークル	1:00		20	月	予 きがるに脳トレ	9:45					
6	月	予 きがるに脳トレ	9:45					21	火	サ 倉の会～編み物	10:00		サ 墨東会	1:30		
7	火	サ 倉の会～編み物	10:00		サ 墨東会	1:30		22	水	サ ふれあいヨガ倶楽部	10:00		講 麻雀教室中級	1:00		
										予 いきいき体操	10:30					
8	水	講 すこやか椅子体操	10:00		講 麻雀教室中級	1:00		23	木	サ 新高橋会	9:30		講 書道～文字に託して～	1:30		
		サ ふれあいヨガ倶楽部	10:00													
9	木	サ 新高橋会	9:30		サ ふれ愛サポーター	1:00		24	金	サ 囲碁同好会森下	9:15					
10	金	サ 囲碁同好会森下	9:15		講 リズム&ミュージック	1:30		25	土							
11	土							26	日	<b>休 館 日</b>						
12	日	<b>休 館 日</b>							27	月	予 きがるに脳トレ	9:45				
13	月	予 きがるに脳トレ	9:45					28	火							
14	火							29	水	<b>年末年始のため休館いたします。</b> 令和3年12月29日(水)～令和4年1月3日(月) 本年もセンターをご利用いただきありがとうございました。 来年も変わらずのご利用お願い申し上げます。						
15	水				サ 麻雀同好会	1:00		30	木							
					講 呼吸を深めるヨガ森下	1:30		31	金							

★急な日程変更や開催を中止させて頂く場合がございます。あらかじめご了承下さい。