

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4年

1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 ワークスコープ

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。

謹賀新年




旧年中はセンターをご利用頂き、誠にありがとうございました。本年も皆様が元気になれる『森下ふれあいセンター』を創ってまいります。昨年同様、変わらぬご支援を何卒よろしくお願い致します！



センター職員一同

脳トレ おせちクイズ ※答えは裏面左

一年が良い年になるよう、一品一品に様々な願いが込められているおせち料理。「語呂合わせ」も多く、正しい具材を線をつないでみましょう！

- | | |
|-------------------------------|--|
| ①「喜ぶ（よろこぶ）」
の言葉にかけて | A. 黒豆  |
| ②「まめまめしく」
元気に働けますように | B. 数の子  |
| ③「二親（ニシン）」から
多くの子が生まれる（子宝） | C. 昆布巻  |

【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◆ 1月5日・26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◆ 12月28日（火）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】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「祝い鶴」がテーマです。



- 日時◆ 1月15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◆ 1月5日（水）より窓口、またはお電話にてお申込み下さい。

【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

【ご注意！】1月10日（月）の開催回に参加されたい場合

1週間前は休館日を含むため、1月4日（火）から申込みをスタートします！窓口、またはお電話にてお申込み下さい。



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

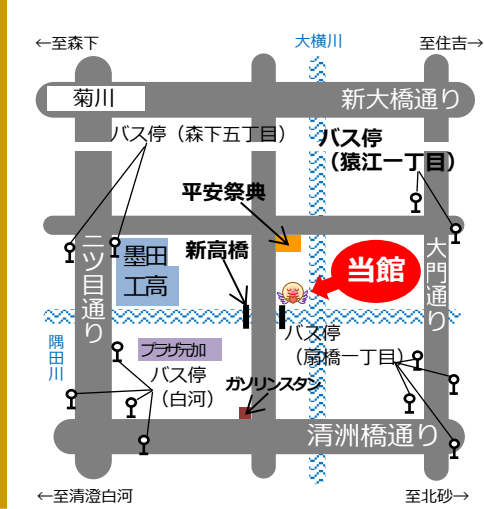
★江東区森下5-11-1（平安祭典並び・新高橋のたもと）

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クスコープ

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2022年1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	土	年末年始のため休館いたします。 令和3年12月29日(水)～令和4年1月3日(月) 昨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。 本年も変わらずのご利用お願い申し上げます。						16	日	サ 丹田呼吸法	10:00		サ パソコンサークル	1:00				
2	日							17	月	予 きがるに脳トレ	9:45							
3	月							18	火	サ 倉の会～編み物	10:00		サ 墨東会	1:30				
4	火							19	水				サ 麻雀同好会	1:00				
5	水	予 いきいき体操	10:30		サ 麻雀同好会	1:00		20	木	サ 深川扇会	9:30		サ 呼吸を深めるヨガ森下	1:30				
6	木	サ 深川扇会	9:30					21	金	サ 森下さくら会	10:00		講 の～んびり悠々英会話	2:00				
7	金	サ 森下さくら会	10:00		講 の～んびり悠々英会話	2:00		22	土									
8	土							23	日	休 館 日								
9	日	休 館 日						24	月	予 きがるに脳トレ	9:45							
10	月	予 きがるに脳トレ	9:45					25	火	サ 倉の会～編み物	10:00		サ 墨東会	1:30				
11	火							26	水	サ ふれあいヨガ倶楽部	10:00		講 麻雀教室中級	1:00				
12	水	講 すこやか椅子体操	10:00		講 麻雀教室中級	1:00		27	木	予 いきいき体操	10:30		サ 新高橋会	9:30				
13	木	サ ふれあいヨガ倶楽部	10:00					28	金	サ 新高橋会	9:30		講 書道～文字に託して～	1:30				
14	金	サ 新高橋会	9:30		講 書道～文字に託して～	1:30		29	土	サ 囲碁同好会森下	9:15							
15	土	サ 囲碁同好会森下	9:15		講 リズム&ミュージック	1:30		30	日				サ パソコンサークル	1:00				
		予 ボランティア折り紙教室	10:00					31	月	予 きがるに脳トレ								

*表面「脳トレおせちクイズ」答え合わせ ①—C ②—A ③—B