

8月 峡田ふれあい館

成人・高年者おしらせ

■ 開館時間 9:00~22:00

■ 利用対象 18歳以上の成人・高年者

※日曜・祝日は、1階サロンのみご利用いただけます。

〒116-0002 荒川区荒川3-3-10

TEL: 03-3807-2886

運営: 労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団

月	火	水	木	金	土	日
ころばん体操について ころばん体操は、荒川区・健康推進課の 主催事業です。 お問い合わせは、荒川区健康推進課 ころばん体操担当までお願いいたします。 (TEL: 03-3802-3111 内線432)			ふれあい館 アンケートはこちら。 ご意見、ご要望を お待ちしております。 	1	2	3
				グラウンド・ ゴルフ 午前		1階サロンのみ 利用できます
				民謡を唄おう		
				卓球タイム 午後		
4	5	6	7	8	9	10
輪なげ	ころばん体操	脳トレ倶楽部	カラオケ	卓球タイム 午前	峡田 ふれあい館 まつり	1階サロンのみ 利用できます
囲碁教室	峡田舞	元気もりもり 体操	ころばん体操	民謡を唄おう		
	歩く 健康教室	詩 吟	唱歌 ふるさと①	グラウンド・ ゴルフ 午後		
			唱歌 ふるさと②			
			体幹 ストレッチ			
11	12	13	14	15	16	17
山の日 1階サロンのみ 利用できます	ころばん体操	脳トレ倶楽部	カラオケ	グラウンド・ ゴルフ 午前		1階サロンのみ 利用できます
	峡田舞	元気もりもり 体操	ころばん体操	民謡を唄おう		
	歩く 健康教室	詩 吟	唱歌 ふるさと①	卓球タイム 午後		
			唱歌 ふるさと②			
			体幹 ストレッチ			
18	19	20	21	22	23	24
輪なげ	ころばん体操	脳トレ倶楽部	カラオケ	卓球タイム 午前	ふまねっと	1階サロンのみ 利用できます
囲碁教室	峡田舞	元気もりもり 体操	ころばん体操	民謡を唄おう		
	歩く 健康教室	詩 吟	唱歌 ふるさと①	グラウンド・ ゴルフ 午後		
			唱歌 ふるさと②			
			HIPHOP エクササイズ			
25	26	27	28	29	30	31
ダンディ エクササイズ	ころばん体操	脳トレ倶楽部	カラオケ			1階サロンのみ 利用できます
太極拳	峡田舞	元気もりもり 体操	ころばん体操			
シネマ上映会	歩く 健康教室		唱歌 ふるさと①			
			唱歌 ふるさと②			
			HIPHOP エクササイズ			



峡田ふれあい館 事業一覧 (成人・高年者)

ふれあい館
アンケートはこちら。
ご意見、ご要望を
お待ちしております。



曜日	事業名	週	時間	場所	持ち物	備考
月	輪なげ	第1・3週	10：00～11：30	2階 和室	タオル 水分 動きやすい服装	
	ダンディ エクササイズ	第2・4週	10：30～11：30	2階 和室	タオル 水分 動きやすい服装	
	太極拳	第4週	10：30～11：30	3階 多目的室	タオル 水分 動きやすい服装	
	囲碁教室	第1・3週	13：30～15：30	2階 洋室1・2	なし	
	シネマ上映会	第4週	14：00～16：00	2階 和室	なし	
火	峡田舞	毎週	13：00～15：00	2階 和室	なし	
	歩く健康教室	毎週	13：30～14：30	3階 多目的室	タオル 水分 動きやすい服装 室内履き	
水	脳トレ倶楽部	毎週 (第5週除く)	10：00～11：00	2階 和室	タオル 水分 動きやすい服装	
	詩 吟	第1・2・3週	13：00～14：30	2階 和室	なし	
	元気 もりもり体操	毎週 (第5週除く)	13：30～14：30	3階 多目的室	タオル 水分 動きやすい服装 室内履き	
木	カラオケ	毎週	9：40～11：30	2階 和室	なし	
	唱歌ふるさと	毎週	①13：20～14：40	2階 和室	なし	
			②14：50～16：10			
	体幹ストレッチ	第1・2週	20：00～21：00	3階 多目的室	タオル 水分 動きやすい服装 室内履き ヨガマット	
金	HIPHOP エクササイズ	第3・4週	20：00～21：00	3階 多目的室	タオル 水分 動きやすい服装 室内履き	
	グラウンド・ ゴルフ	第1・3週	10：00～12：00	3階 多目的室	タオル 水分 動きやすい服装 室内履き	
		第2・4週	13：30～15：30			
	卓球タイム	第1・3週	13：00～15：00	3階 多目的室	卓球ラケット (お持ちの方) 水分 動きやすい服装 室内履き	
		第2・4週	9：30～11：30			
	ボール ウォーキング教室	奇数月 第4週	10：00～12：00	各公園など	タオル 水分 動きやすい服装 ボール(お持ちの方) 室内履き (雨天の場合)	
土	民謡を唄おう	毎週 (第5週除く)	13：30～15：00	2階 和室	なし	
	リフレッシュ タイム	不定期	10：00～12：00	3階 創作室	なし	
	ふまねっと	第2・4週	13：30～14：30	2階 和室	タオル 水分 動きやすい服装	

8月の事業について

◆8月9日(土)の「峡田ふれあい館まつり」開催にあたり、準備のため事業が休みとなります。

期 間：8月4日(月)～8月9日(土)

◆熱中症対策の観点から、期間限定で事業がやすみとなります。

期 間：8月12日(火)～8月30日(土)

◆8月25日(月)の「シネマ上映会」は開催します。

※9月からは、全ての事業が通常どおりの実施となります。



峡田ふれあい館まつり

8月9日(土)の13：30から16：00まで、恒例の「峡田ふれあい館まつり」を開催します。
子どもたちと一緒にゲームコーナーや作品展示コーナーなど、お楽しみいただけます。皆さんお誘いあわせの上、ご来館ください。

シネマ上映会

今月は、“喜劇の神様”と称された斎藤寅次郎監督の「東京キッド」。主演は、当時13歳の美空ひばりです。
花菱アチャコ、榎本健一ら伝説の喜劇役者たちとともに描く笑いあり涙ありのホームドラマです。
明るく楽しいリズムの主題歌「東京キッド」とともに大ヒットし、戦後混乱期の日本人に夢と希望を届けました。

■上映作品：東京キッド(1950年 制作)

■日 時：8月25日(月)
14：00～16：00

■場 所：2階 和室

■定 員：30名(申込み順)

■申込み：8月1日(金)9：00より
電話または1階事務室にて
受付けます。

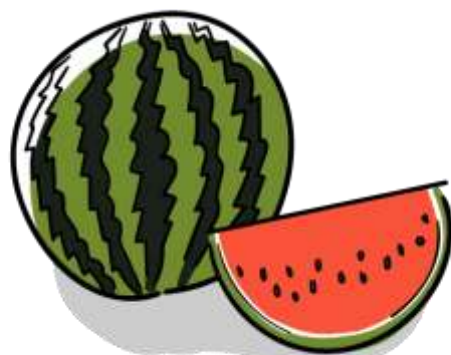
●都や区の情勢により、予定の事業が中止になる場合があります。
その際は、参加者の方々にご連絡をさせて頂きますので、ご了承下さい。

ボランティア募集!!

8月9日(土)開催の
「峡田ふれあい館まつり」で
お手伝いできる方

お気軽に1階事務所に
声をかけてください。

お楽しみ コーナー 「クイズ編」



8月のクイズ

Q：おなじみの、「ラジオ体操」。
発祥の国は、どこでしょう。

1. アメリカ
2. 日本
3. 中国

答えは、来月のおたよりで、確認して下さいね。

6月のクイズの答え

7月20日が「海の日」に制定されたのは

1. 明治天皇が乗った船が無事に帰港した日だから

でした。

みなさん、いかがでしたか。