

# 荒川山吹ふれあい館

## 高年者・成人事業6月お便り

令和8年6月発行  
 荒川山吹ふれあい館  
 荒川区荒川7-6-8  
 電話:03-3805-2860  
 運営(荒川区指定管理者)  
 荒川区高年者クラブ連合会

日	月	火	水	木	金	土
	1 ○ カローリング ○ コーラス ○ もみフラガール	2 ○ 太極拳 ○ フラダンス	3 ○ カローリング ○ 健康イキイキ体操 ○ のびのび健康体操 ○ ミニテニス	4 ○ 囲碁 ○ 手芸クラブ ○ カラオケサロン	5 ○ 詩吟 「をみなえし会」	6 ○ 詩吟(上級) ○ 新舞踊 ○ ヨガ教室
7 1階サロンは 利用できます	8 ○ ボッチャ ○ 輪なげ	9 ○ 太極拳 ○ フラダンス	10 ○ ボッチャ	11 ○ 囲碁 ○ 手芸クラブ ○ カラオケサロン	12 ○ 詩吟 「をみなえし会」 ○ ORIORI教室	13 ○ 詩吟(上級) ○ 新舞踊
14 1階サロンは 利用できます	15 ○ カローリング ○ コーラス ○ もみフラガール	16 ○ やまぶき俳句会	17 ○ カローリング ○ 健康イキイキ体操 ○ のびのび健康体操 ○ ミニテニス	18 ○ 囲碁 ○ 手芸クラブ ○ カラオケサロン	19 ○ 詩吟 「をみなえし会」	20 ○ 詩吟(上級) ○ 新舞踊 ○ ヨガ教室
21 ○いきいき クラブ  1階サロンは 利用できます	22 ○ ボッチャ ○ 輪なげ	23 ○ 太極拳 ○ フラダンス	24 ○ ボッチャ ○ 健康イキイキ体操 ○ のびのび健康体操	25 ○ 囲碁 ○ 手芸クラブ ○ カラオケサロン	26 ○ 粘土クラブ	27 ○ 新舞踊 ○ 初めての詩吟教室 ○ ヨガ教室 ○ 男の料理教室
28 1階サロンは 利用できます	29 ○ カローリング	30				



ふれあい館に関するアンケートはコチラ。  
 ご意見・ご要望をお待ちしております。

### ◇男の料理教室◇

日 時：6月27日(土曜) 10:00~13:00

場 所：2階 調理会議室

定 員：10名(先着順) 費 用：500円

持ち物：エプロン、三角巾、マスク

申 込：6月1日(月曜)~11日(木曜) 9:00~18:00

事務所または電話にてお願いします。

※メニューは当日のお楽しみです。参加お待ちしております。



### ◇粘土クラブ◇

日 時：6月26日(金曜) 13:30~15:30

場 所：2階 創作室 定員：5名(抽選)

持ち物：エプロン、持ち帰り用の袋 費用：無料

申 込：6月1日(月曜)~10日(水曜) 9:00~18:00

事務所または電話にてお願いします。

抽選日：6月11日(木曜)

当選者のみ電話でお知らせします。

※紙粘土でブローチや小物等を作ります。



<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」担当までお願いします。

# ☆荒川山吹ふれあい館 高年者・成人事業 6月予定表☆

事業名	曜日	時間	場所	募集状況	備考	
カローリング	月・水	9:00 ~ 10:30	3階 多目的室	○	1日(月曜)・3日(水曜)・15日(月曜)・17日(水曜)・29日(月曜)	
ボッチャ	月・水	9:00 ~ 10:30	3階 多目的室	○	8日(月曜)・10日(水曜)・22日(月曜)・24日(水曜)	
輪投げ	月	10:00 ~ 11:30	1階 和室	○	8日・22日	
コーラス	月	10:30 ~ 12:00	1階 和室	×	1日・15日	
やまがき俳句会	火	10:00 ~ 11:30	1階 和室	×	16日	
太極拳	火	10:00 ~ 11:30	1階 和室	○	2日・9日・23日	
フラダンス	火	13:00 ~ 15:00	1階 和室	○	2日・9日・23日	
健康イキイキ体操	水	10:30 ~ 11:30	1階 和室	○	3日・17日・24日	
のびのび健康体操	水	13:00 ~ 14:00	1階 和室	○	3日・17日・24日	
囲碁	木	9:30 ~ 11:30	1階 和室1	○	4日・11日・18日・25日	
手芸クラブ	木	10:00 ~ 11:30	1階 和室2	×	4日・11日・18日・25日	
カラオケサロン	木	13:30 ~ 15:00	1階 和室	×	4日・11日・18日・25日	
詩吟「をみなえし会」	金	10:00 ~ 12:00	1階 和室2	×	5日・12日・19日	
ORIORI教室	金	10:00 ~ 11:30	2階 洋室2	○	12日	
詩吟(上級)	土	10:00 ~ 12:00	2階 洋室1	×	6日・13日・20日	
初めての詩吟教室	土	10:00 ~ 12:00	2階 洋室1	○	27日	
新舞踊	土	13:00 ~ 15:00	1階 和室	×	6日・13日・20日・27日	
男の料理教室	土	10:00 ~ 13:00	2階調理会議室	○	27日	
いきいきクラブ	日	10:00 ~ 11:30	3階 多目的室	○	21日	
成人事業	もみフラガール	月	15:00 ~ 16:30	1階 和室	○	1日・15日
	ミニテニス	水	18:00 ~ 20:30	3階 多目的室	×	3日・17日
	粘土クラブ	金	13:30 ~ 15:30	2階 創作室	○	26日
	ヨガ教室	土	9:30 ~ 11:45	1階 和室	×	6日・20日・27日

## ◇ボッチャ◇

日時: 毎月第2・第4 月曜・水曜  
9:00~10:30  
場所: 3階 多目的室



※ボッチャを初めてみませんか?  
どなたでも参加できます。

## ◇健康イキイキ体操◇

日時: 毎月第1・第3・第4 水曜  
10:30~11:30  
場所: 1階 和室



※講師が指導します。  
健康のため始めてみませんか?  
参加お待ちしております。

## ◇輪投げ◇

日時: 毎月第2・第4 月曜  
10:00~11:30  
場所: 1階 和室



※どなたでも参加できます。  
楽しいですよ!  
是非、いらしてください。

## ◇初めての詩吟教室◇

日時: 毎月第4 土曜  
10:00~12:00  
場所: 2階 洋室1



※詩吟を始めてみませんか?  
どなたでも参加できます。

## ◇もみフラガール◇

日時: 毎月第1・第3 月曜  
15:00~16:30  
場所: 1階 和室  
対象: 小学生、成人、高年者



※フラダンスを始めてみませんか?  
初心者の方大歓迎です!  
親子でも参加できます。

## ◇囲碁◇

日時: 毎週木曜日  
10:00~12:00  
場所: 1階 和室1



※頭の体操になりますよ!  
みなさんお誘いあわせのうえ、  
お越しください。