

南千住駅前ふれあい館

2026年2月 大人用

南千住7-1-1 TEL03-3803-0571



Craft Studio 3月『サコッシュ』

3月 2日・9日・16日・23日のうち

2～3日間参加することができます

時間：①13:00～ ②14:30～

定員：各回 12名 ※代理申し込みはできません

申し込み：2月2日(月)～2月20日(金)まで
詳しくは申込書をご覧ください

3月30日(月) 13:00～14:30

絵手紙のイベントを予定しています。



リフレッシュタイム

3月6日(金) 13:30～15:00

場所：洋室

定員：20名

申し込み：2月9日(月)～先着申込順

電話・来館で申し込みができます。

※代理申し込みはできません

詳しくは申込書をご覧ください



☆マットピラティス☆

日時：2月25日(水) 10:30～11:45

定員：5名

申し込み：2月2日(月)～先着申し込み順

電話・来館で申し込みができます。

※代理申し込みはできません

託児あり



歌サロン 新規メンバー募集!!

日にち：4月6日(月)～毎週月曜日

時間：13:00～14:30

定員：6名

申し込み：3月9日(月) 9:00～先着申込順

電話・来館で申し込みができます。

※代理申し込みはできません



令和8年度 フラダンス講座

6月に行われるイベントに出演予定です♪

日時：4月4日(土)から毎週土曜日

13:00～14:30

場所：南千住駅前ふれあい館 洋室1～3

定員：20名

申込：3月2日(月) 9:00～先着申し込み順

電話・来館で申し込みができます。



～事業紹介～

事業名	曜日	時間	内容	対象	空き状況
日曜ギャラリー おりがみ	日	13:00～16:00	おりがみ・包装紙・チラシなどを使ってお花や、遊ぶもの・飾り・実用的な小物などをつくります。	全世代	空きあり
レクダンス	月	10:00～11:30	みんなで和気あいあいと色々なジャンルの曲を踊っています。 笑顔でリフレッシュ！	60歳以上	空きなし
Craftstudio	月	① 13:00～ ② 14:30～	工作・縫物などいろいろな作品を作っていきます。おしゃべりしながら楽しく活動しています♪ 月に2回参加できます。	20歳以上	前月20日まで 申し込み
歌サロン	月	13:00～14:30	みんなで一緒にピアノの伴奏やCDに合わせていろいろな曲を歌っています。	60歳以上	3月2日から募集
駅前サロン	火	10:30～11:30	脳トレ・体操・寄席など様々な活動をしています。 第1火曜日に社会福祉協議会 南千住警察と一緒にしています。	60歳以上	空きあり
手芸部ママ	火	10:00～12:00	楽しくお話ししながら 縫物をして作品を作っています。	20歳以上	空きあり
ママの Yummy	火	10:00～11:30	乳児さんから大人までの料理を手軽に作ります。楽しく おいしい時間を過ごしましょう	子育て世代	申し込み制
朗読の会 あめんぼ	火	14:00～15:30	童話・昔話・神話など色々なジャンルのお話を読んでいきます。	60歳以上	空きなし
初心者囲碁	水	10:00～12:00	囲碁のルールなどやり方を一から 教えています。	20歳以上	空きあり
囲碁対戦	水	13:00～17:30	自由に囲碁の対戦！ 色々な方に挑戦してください。	20歳以上	空きあり
夜間囲碁	水	18:00～20:00	ルールを学んだり 対局することができます。	小学生以上	空きあり
カラオケ	水	13:00～15:00	順番に歌声を披露しています。 いろいろな曲を聴いて 楽しみましょう。	60歳以上	12:45～ 和室にて 受付
マット ピラティス	水	10:30～11:45	フロアマット上でエクササイズ★ ゆったりとした時間を 過ごしていきましょう★	子育て世代	申し込み制

アンサンブル	木	10:30~11:45	キーボードを使って曲を演奏しています。 曲によっては打楽器などもいれていきます。 初心者のかたでも大丈夫です。	20歳以上 65歳まで	空き無し
詩吟	木	13:00~15:00	漢詩や和歌を中心に節調をつけて歌います。 みなさんで楽しく歌いましょう	60歳以上	空き無し
ソーシャルダンス	木	13:00~15:00	ワルツなど6種類の曲をペアになって踊っています。	60歳以上	空きあり
Smile Brings Happiness (ママダンス)	金	10:30~11:45	踊ることの楽しさを感じて 心身ともにリフレッシュの時間を 楽しみます。	18歳~ 45歳まで (高校生不可)	空きあり
麻雀	金	11:00~17:00	みなさんで楽しく麻雀の 対戦をしましょう。	20歳以上	申し込み制
大人のぬり絵	金	13:00~17:00	風景や動物などで少し細かいぬり 絵に挑戦できます。	全世代	空きあり
フラダンス	土	13:00~14:30	ハワイの音楽に合わせて、 ゆったりと踊りながら心と身体を 心地よくほぐしていきます。	20歳以上	締め切り ました
ミルフィーユ・ ハーモニー (コーラス)	土	13:00~14:30	ソプラノ・アルトの2部に分かれ ポップス・クラシックなど様々 合唱曲を歌っていきます。	20歳以上	空きあり
MY GYM	土	10:30~11:20	ストレッチ・筋力トレーニング・ ウォーキング・マッサージなどを行い ながら自分だけの時間を作りませんか?	20歳以上	申し込み制

ふれあい館からのお知らせ

- サロンスペースのご利用は利用カードをご記入の上ご利用ください。
- その他事業に関する質問等はふれあい館にお問い合わせのうえご確認ください。
- 来館時のマスクの着用・手指の消毒にご協力をお願い致します。

創作室からのお願い

新聞紙・空きビン・ペットボトル容器を集めています

ふれあい館のウェブアンケートはこちらの
QRコードからお答えください

