



# 夕やけこやけふれあい館

〒116-0014 荒川区東日暮里3-11-19  
☎03-3801-0715 fax03-3801-0716  
運営（荒川区指定管理者）  
社会福祉法人 教信精舎

| 月                       | 火   | 水  | 木   | 金  | 土  | 日  |
|-------------------------|---|--|---|--|--|--|
| 2<br>詩吟<br>10:00~11:50  | 3<br>ころばん体操<br>10:00~11:30<br>ボッチャ<br>13:30~15:00<br>夕やけ鬼退治<br> | 4<br>書道<br>9:30~11:30<br>輪投げ<br>13:00~15:00<br>ちょこぶ！<br>①19:00~19:50<br>②20:00~20:50                           | THE<br>ラジオ体操<br>9:00~9:20<br>スピーチ吹き矢<br>10:00~11:30<br>合唱<br>13:00~15:00<br>ころばん体操<br>13:30~15:00 | THE<br>ラジオ体操<br>9:00~9:20<br>ダーツ<br>10:00~11:45<br>フラダンス<br>13:00~15:30                      | 7<br>おすもうさんと<br>いっしょ♪<br>10:00~11:30<br>                                 | 1/8  |
| 9<br>詩吟<br>10:00~11:50  | 10<br>ころばん体操<br>10:00~11:30<br>ミニテニス<br>13:30~15:30             | 11<br>   | THE<br>ラジオ体操<br>9:00~9:20<br>スピーチ吹き矢<br>10:00~11:30<br>合唱<br>13:00~15:00<br>ころばん体操<br>13:30~15:00 | THE<br>ラジオ体操<br>9:00~9:20<br>ダーツ<br>10:00~11:45<br>フラダンス<br>13:00~15:30<br>卓球<br>13:30~15:30 | 13<br>ソフト<br>ピラティス<br>①9:30~10:30<br>②10:45~11:45<br>カラオケ<br>13:00~15:00 | 14<br>15   |
| 16<br>詩吟<br>10:00~11:50 | 17<br>ころばん体操<br>10:00~11:30<br>ボッチャ大会<br>13:30~15:00<br>        | 18<br>書道<br>9:30~11:30<br>輪投げ<br>13:00~15:00<br>手づくり教室<br>14:00~15:45<br>ちょこぶ！<br>①19:00~19:50<br>②20:00~20:50 | THE<br>ラジオ体操<br>9:00~9:20<br>スピーチ吹き矢<br>10:00~11:30<br>合唱<br>13:00~15:00<br>ころばん体操<br>13:30~15:00 | THE<br>ラジオ体操<br>9:00~9:20<br>ダーツ<br>10:00~11:45<br>フラダンス<br>13:00~15:30<br>卓球<br>13:30~15:30 | 20<br>サークル<br>ピラティス<br>10:30~11:30<br>カラオケ<br>13:00~15:00                | 21<br>22   |
| 23<br>                  | 24<br>手芸<br>10:00~11:45<br>ミニテニス<br>13:30~15:30                 | 25<br>書道<br>9:30~11:30<br>輪投げ<br>13:00~15:00<br>ちょこぶ！SP<br>19:30~20:30<br>(成人事業)                               | THE<br>ラジオ体操<br>9:00~9:20<br>合唱<br>13:00~15:00<br>ころばん体操<br>13:30~15:00                           | 26<br>ダーツ<br>10:00~11:45<br>フラダンス<br>13:00~15:30<br>卓球<br>13:30~15:30                        | 27<br>カラオケ<br>13:00~15:00  | 28<br>夕やけ<br>鬼退治！<br><br>夕やけこやけふれあい館の<br>3階フロアに鬼が<br>出現！？みんなで<br>鬼を追い払い<br>ましょう！<br>鬼の出現時間<br>①10:30頃<br>②11:30頃<br>③15:00頃<br>④16:00頃 |



# 2026年2月 タヤケコヤケふれあい館



## 【おすもうさんといっしょ♪】日時:2月7日(土)10:00~11:30

おすもうさんの迫力あるパフォーマンスを間近で楽しみながら、美味しいちゃんこをお召し上がりください!※当日9:45~ちゃんこの整理券を配布します(先着250名)



### 【ボッチャ大会】



日頃の練習の成果を遺憾なく発揮しましょう!

#### 開催日時

2月17日(火)13:30~15:00

#### 参加条件

事業に登録をされている方

### 【HAPPYフラワーアレンジメント】

今回のテーマは「ひとあし早い春のアレンジメント」まだまだ寒い日が続きますが春の花でアレンジを楽しみましょう♪

開催日時:2月19日(木)13:30~15:00

申込開始日:2月5日(木)10:00~

費用:1,000円/定員:12名(先着順)

### ちょこスボ!SP



#### はじめてのピラティス

##### 開催日時

2月25日(水)19:30~20:30

##### 申込みについて

2月4日(水)18:00~(電話受付可)

参加費:500円/定員:24名(64歳以下)



### みんなでつながろうプロジェクト⑯

#### 【リースで飾ろう!ひなまつり】

ぬりえとリースを使った雛飾りで、1階エントランスが春色に染まります♪制作にぜひご参加ください!  
ぬりえ配布・回収期間:1月26日(月)~2月12日(木)  
展示期間:2月16日(月)~3月7日(土)



### 伝統工芸に触れる

#### 【箸づくり】



江戸指物師の根本一徳さんのご指導でお箸を作ります

開催日:3月4日(水)①14:00~②14:45~③15:30~

申込開始日:2月18日(水)10:00~/定員:各回4名

※詳しくはポスターをご覧下さい

| 事業名              | 曜日 | 時間          | 定員<br>その他  | 備考    | 事業名         | 曜日     | 時間          | 定員<br>その他   | 備考    |
|------------------|----|-------------|------------|-------|-------------|--------|-------------|-------------|-------|
| 詩吟               | 月  | 10:00~11:50 | 講師有        | 23日休み | スポーツ<br>吹き矢 | 木      | 10:00~11:30 | 申込制<br>満員   |       |
| 踊り               | 月  | 13:00~15:00 |            | 2月休み  | 合唱(演歌)      | 木      | 13:00~15:00 | 申込制         |       |
| 手芸<br>(第4)       | 火  | 10:00~11:45 | 申込制<br>12名 |       | THEラジオ体操    | 木<br>金 | 9:00~9:20   | 自由参加<br>60名 | 27日休み |
| ボッチャ<br>(第1, 3)  | 火  | 13:30~15:00 | 申込制<br>21名 |       | ダンス         | 金      | 10:00~11:45 | 申込制<br>満員   |       |
| ミニテニス<br>(第2, 4) | 火  | 13:30~15:30 | 申込制<br>20名 |       | フラダンス       | 金      | 13:00~15:30 | 講師有         |       |
| 書道               | 水  | 9:30~11:30  | 申込制<br>満員  | 11日休み | 卓球          | 金      | 13:30~15:30 | 申込制<br>30名  | 6日休み  |
| 輪投げ              | 水  | 13:00~15:00 | 申込制        | 11日休み | カラオケ        | 土      | 13:00~15:00 | 申込制         | 7日休み  |

| 事業名           | 曜日 | 時間                           | 備考 | 内 容 (定員等)  |
|---------------|----|------------------------------|----|--|
| ころばん<br>体操    | 火  | 10:00~11:30                  |    | ※登録制、スケジュールはカレンダー面をご覧ください<br>お問い合わせ<br>健康推進課 ころばん体操担当<br>03-3802-3111 (内線432)                    |
|               | 木  | 13:30~15:00                  |    |  |
| 手づくり教室        | 水  | 14:00~15:45                  |    | 2月18日『籠で編む大きなかご』<br>※1月、2月で作り上げる作品のため今月の募集はありません。<br>次回3月18日は『オリジナルカレンダー』※申込みは3月4日(水)10:00~(先着順) |
| ソフト<br>ピラティス  | 土  | ① 9:30~10:30<br>②10:45~11:45 |    | 2月14日 各回定員24名※申込制 ※②に若干名の空きがあります<br>次回3月7日分は2月2日(月)9:00~受付開始(電話予約可)                              |
| サークル<br>ピラティス | 土  | 10:30~11:30                  |    | 2月21日 月1回のピラティスでは物足りない方へ(有料)※申込制<br>※今月はちょこスボSPでもピラティスが楽しめます。詳細は館内ポスターをご覧下さい                     |