

ひぐらしふれあい館

2026年5月号 (成人・高齢者おたより)

住所: 荒川区東日暮里6-28-15
 ☎ : 03-3801-7091
 運営: 株式会社マミー・インターナショナル



すっかり温かい日が続くようになりましたね。
 こどもの日まで、大きなこいのぼりを飾ります！
 GW中も開館しています。ご来館お待ちしております。



月	火	水	木	金	土	日
[ひぐらし散歩 in 横浜] 5月21日 今度はいつもとより遠出します！ 道中の景色をみんなで楽しみましょう！ 詳しくはふれあい館まで！ 申込…5月1日～10日※10時～ 発表…5月12日※10時～				1	2	3
				朝の体操 クラフトクラブ おやすみ カラオケ 健康マージャン	朝の体操 フリー卓球 おやすみ	憲法記念日 きもの教室
4	5	6	7	8	9	10
みどりの日	こどもの日	振替休日	朝の体操 太極拳	朝の体操 クラフトクラブ カラオケ 健康マージャン	朝の体操 フリー卓球 健康マージャン	朝の体操
11	12	13	14	15	16	17
朝の体操 コリアージュ カラオケ 新舞踊 詩吟	朝の体操 クラフトクラブ 朗読	朝の体操 ころばん体操 輪投げ 健康マージャン	朝の体操 太極拳	朝の体操 クラフトクラブ カラオケ 健康マージャン	朝の体操 フリー卓球	朝の体操 きもの教室
18	19	20	21	22	23	24
朝の体操 コリアージュ カラオケ 新舞踊	朝の体操 クラフトクラブ	朝の体操 ころばん体操 輪投げ 健康マージャン	朝の体操 ひぐらし散歩	朝の体操 クラフトクラブ みんなで合唱 健康マージャン	朝の体操 フリー卓球	朝の体操
25	26	27	28	29	30	31
朝の体操 コリアージュ みんなで合唱 新舞踊 詩吟	朝の体操 クラフトクラブ 朗読	朝の体操 ころばん体操 輪投げ 健康マージャン	朝の体操 NEW ひぐらし茶話会	朝の体操 クラフトクラブ おやすみ カラオケ おやすみ 健康マージャン	朝の体操 フリー卓球 健康マージャン	朝の体操

NEW ひぐらし茶話会 定期開催

- ◆ 開催…毎月 第4木曜日
- 初回…5月28日(木)
- ◆ 時間…14:00～16:00
- ◆ 定員…12名

みんなで集まってお茶しながら
 楽しくお喋りしませんか？
 お気軽な茶話会、毎月開催です！

事前申込 … 毎月1日 10:00～
※空きがあれば当日参加OKです！

令和8年度

開催期間・申込について

事業	開催期間	参加申込について
フリー卓球	2026年4月～2027年3月まで(1年間)	➢ 参加登録 3月2日より(各日10時～)
健康マージャン(土)		
健康マージャン(水)(金)	2026年4月～6月まで(3ヶ月間)	➢ 次回申込…6月スタート予定
輪投げ	2026年4月～2026年9月まで(半年間)	➢ 申込期間 9月予定(各日10時～)
みんなで合唱		➢ 抽選日 9月予定(発表なし)
太極拳①・②	2026年4月～2027年3月まで(1年間)	➢ 発表日 9月予定(11:00～)
新舞踊		➢ キャンセル待ち 9月予定(11:00～)
クラフトクラブ	パート① 2026年4月～5月	➢ 申込期間 3月・8月・12月の各15日～20日 ➢ 抽選日 3月・8月・12月の各21日 ➢ 発表日 3月・8月・12月の各22日
	パート② 2026年7月～8月	
	パート③ 2026年10月～11月	
	パート④ 2027年1月～2月	
朝の体操・コロシアージュ	2026年4月～2027年3月まで(1年間)	申し込み不要 当日参加
カラオケ	「翌1ヶ月間」の参加 例：5月に申込→6月の参加	抽選申込の受付 → 毎月15日～17日/各10時～ 抽選(発表なし) → 毎月18日 発表 → 毎月19日 10:00～先着順
詩吟・朗読(経験者クラス)	2026年4月～2027年3月まで(1年間)	お申込み調整中です。 受付開始は追ってご案内します。
きもの交流会		

令和8年度

開催事業一覧

空き状況 ○→空きあり △→残りわずか ×→満員・キャンセル待ち ★→自由参加 ※→お問合せ下さい ☺→現在募集中

事業	開催日	時間	定員	空き状況	場所	備考・持ち物
フリー卓球	毎週(土) ※カレンダー参照	14:30～17:00	当日 2台	○	多目的室	◆ 今年度より登録後、自由参加制となります。 ◆ 持ち物：室内履き、タオル、水筒
健康マージャン	◆ 毎週(水)(金) ◆ 月2回(土) ※カレンダー参照	13:00～16:00	当日 6卓	×	調理会議室	◆ 本年度より、各曜日ごとの申込になります ◆ 基本的なルールを知っている方が対象です。 ◆ 本館の開催ルールへのご承諾が必要です。
輪投げ	毎週(水)	13:45～15:15	20名	×	レクホール	◆ 屋内用の運動靴をご用意ください。
太極拳①②	第1・第3(木) 4月は第2・第3	①10:00～11:00 ②11:15～12:15	各10名	①× ②×	レクホール	◆ 屋内用の運動靴、運動着をご用意ください。 ◆ ①②のいずれか1つに申込可能です。
新舞踊	毎週(月)	13:00～15:00	5名	○	レクホール	◆ いつでも見学、体験参加できます。 ◆ 用品の貸し出しがあります。ご相談ください。
クラフトクラブ	毎週(火)	10:00～11:45	12名	×	当日掲示	◆ 手作り工作の教室です。 ◆ 4月～5月は「ペーパーあみかご」です！ ※制作物は変更となる場合がございます。
	毎週(金)	13:30～15:15	12名	×	当日掲示	
みんなで合唱	第4(月)(金)	14:00～15:30	15名	×	洋室3	◆ 課題曲を皆で合唱。合唱団活動もあります！
朝の体操	月曜～土曜 ※カレンダー参照	9:15～9:45	-	★	多目的室	◆ 申込不要、当日参加できます。 ◆ カカトのある室内履きをご用意ください
コロシアージュ	毎週(月)	10:00～16:00	当日 20名	★	当日掲示	◆ 申込不要、当日参加できます。 ◆ 少し凝った大人の塗り絵です！
カラオケ	月曜 ①	13:15～	10名	毎月 15日	洋室3	◆ 開始10分前に歌唱順をクジ引きします。 ◆ 1人2曲まで、フルコーラスで歌えます。 ◆ 各週とも1コマまで申込可能 例：「月曜①」と「月曜②」に申込→ × 例：「月曜①」と「金曜②」に申込→ ○
	月曜 ②	15:00～	10名			
	金曜 ①	13:15～	10名			
	金曜 ②	15:00～	10名			
詩吟(経験者クラス)	月2回(月)	10:00～11:30	15名	×	洋室3	◆ 教本・テキスト代 1,000円(初回のみ)
朗読(経験者クラス)	月2回(火)	10:00～11:30	15名	×	洋室3	◆ 教本・テキスト代
きもの交流会	第1・第3(日) ※カレンダー参照	13:30～15:00	5名 (女性)	※	洋室3	◆ 女性限定の事業です。事前見学が必要です。 ◆ 参加は順次キャンセル待ちとなります。

お願い

- ◆ キャンセル待ちの有効期間は、各事業の「参加期間」と同じです。参加期間の終了後、キャンセル待ちは解散となります。
- ◆ 参加期間の終了後は原則として、再度のお申込が必要です