

南千住駅前ふれあい館

2025年5月 大人用

南千住7-1-1 TEL03-3803-0571



★巨大迷路★

テーマ【からだ探検】

日時：6月28日【土】
13:30～16:30

◎乳幼児をお連れの方は保護者の方も
一緒にご参加ください

定員・申し込みはありません
たくさんのご参加お待ちしております



プレサマーパーティー

日時：6月7日(土)
13:00～15:00
場所：2階 多目的室

対象：事業に参加されている方のみになります。
ご理解とご協力をお願い致します。

創作イベント 『絵手紙』

日時：6月30日(月) 13:00～14:30

定員：8名(18歳以上～)

持ち物：果物又は野菜1～2つ

申し込み：6月1日(日)～先着申し込み順

詳しくは申込用紙をご覧ください

Craft Studio

6月『コースター』

6月の2日・9日・16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

申し込み：5月1日(木)～5月20日(火)まで

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

MY GYM

日時：5月10日(土)・24日(土)
10:30～11:20

定員：15名

対象：20歳以上

内容：ストレッチ・軽い筋トレなど

申込：4月25日(金)～先着申し込み順

※来館・電話にて申し込みできます

代理での申し込みは

できませんのでご注意ください。

詳しくは申込用紙をご覧ください

休館日のお知らせ

6月29日(日)は安全保守点検
全館清掃のため休館となります。
ご理解とご協力をお願い致します。



今月のふれあい館の予定



				1日(木)	2日(金)	3日(土)
上段 10:00~12:00				アンサンブル	麻雀	憲法記念日
下段 13:00~15:00				詩吟 ソシアル	ぬり絵 麻雀	
4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
みどりの日 おりがみ	こどもの日	みどりの日 振替休日	ころばん体操 囲碁	アンサンブル	麻雀 Happiness(ママダンス)	MY GYM
			カラオケ自由 囲碁対戦・夜間	詩吟 ソシアル	ぬり絵 麻雀	フラダンス コーラス
11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
	レクダンス Craftstudio	駅前サロン	ころばん体操 囲碁	アンサンブル	麻雀 Happiness(ママダンス)	
おりがみ	Craftstudio 歌サロン	朗読の会	カラオケ自由 囲碁対戦・夜間	詩吟 ソシアル	ぬり絵 麻雀	フラダンス コーラス
18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
	レクダンス Craftstudio	ママの Yummy	ころばん体操 囲碁	アンサンブル	麻雀 Happiness(ママダンス)	MY GYM
おりがみ	Craftstudio 歌サロン	朗読の会	カラオケ自由 囲碁対戦・夜間	詩吟 ソシアル	ぬり絵 麻雀	フラダンス コーラス
25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
	レクダンス Craftstudio		マットピラティス	アンサンブル	麻雀	
おりがみ	Craftstudio 歌サロン	朗読の会	カラオケ大会	ソシアル	ぬり絵 麻雀	フラダンス コーラス

※各事業によって開始時間・終了時間が異なります。
各事業の担当の先生に 確認の上ご利用ください♪
※5月3日(土)・5日(月)・6日(火)は、
祝日のため事業はお休みです。
※5月4日(日)は祝日ですが、
事業は実施します。

駅前サロン
【レクリエーション
&体操】
5月13日(火)
10:30~11:30
場所:3階 和室

Craft studio
6月【 コースター 】
対象:20歳以上
場所:創作室
各回12名 5月20日まで
月に2~3回参加できます

～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	空き無し
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	空き無し
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	空きあり
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	空きあり
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	空き無し
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

- 新型コロナウイルス感染症対策のため事業開始時間に合わせてふれあい館にお越しください。
- あまり早めにお着きにならないようお気を付けください。
- 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。

創作室からのお願い
牛乳パック・空き容器・廃材を集めています

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

