

2025



12月 東日暮里ふれあい館

東日暮里ふれあい館
荒川区東日暮里1-17-13
電話03-3807-6383
運営(荒川区指定管理者)
学校法人 道灌山学園
荒川区西日暮里4-7-15
電話03-3828-8478

月	火	水	木	金	土	日
---	---	---	---	---	---	---



12月の予定

*ころばん体操 2025年は12月22日まで実施。修繕工事後3月に再開予定

問い合わせ先 荒川区保健所健康推進課 03-3802-3111 内線432



1 ころばん体操 午前10時～ 舞踊 午後1時～	2 和室で遊ぼう 午後1時半～	3 手芸 午前10時～ 東日サロン 午後1時～	4 手芸 午前10時～ 民舞 午後1時～	5 午前中 幼稚タイム クリスマス会 カラオケ 午後1時～	6 年末ふれあい パーティー	7 乳幼児対象事業 貸し室事業
8 ころばん体操 午前10時～ 舞踊 午後1時～	9 和室で遊ぼう 午後1時半～	10 手芸 午前10時～ 東日サロン 午後1時～	11 手芸 午前10時～ 民舞 午後1時～	12 唄う会 午後1時～	13 健康ストレッチ 10時30分～ 詩舞 午後1時～	14 乳幼児対象事業 貸し室事業
15 ころばん体操 午前10時～ 舞踊 午後1時～	16 和室で遊ぼう 午後1時半～	17 手芸 午前10時～ 東日サロン 午後1時～	18 手芸 午前10時～ 民舞 午後1時～ 粹・活サロン 午後2時～	19 カラオケ 午後1時～	20 健康ストレッチ 10時30分～ 民舞 午後1時～	21 乳幼児対象事業 貸し室事業
22 ころばん体操 午前10時～ 舞踊 午後1時～	23 和室で遊ぼう 午後1時半～	24 東日サロン 午後1時～	25	26 カラオケ 午後1時～	27 フラワー アレンジメント 講習会	28 乳幼児対象事業 貸し室事業
年末大掃除						

フラワー アレンジメント 講習会
12月27日(土)①10:00～
②11:00～

会場: 1階 洋室
定員: 各回8名(申込順)
費用: 3000円(当日、集金します)
持ち物: 作品を入れる袋・
使い慣れた園芸用の鉢(あれば)
申込: 12月2日(火)9:00～
来館受付は9:00～
電話受付は9:30～



年末年始休業期間
12/29(月)～1/3(土)

粹活サロン「うえるかむ」
日時: 12月18日(木)
14:00～15:00
会場: 1階 洋室
内容: クリスマス会

年末ふれあい
パーティー

日時: 12月6日(土) 14:00～16:00
受付13:45～ 最終受付15:30まで
場所: 館全体 内容: ゲームや宝さがしなどのコーナーを楽しもう！

ふれあい館からのお知らせ

令和8年1月4日(日)～令和8年2月28日(土)の期間で
排水管の大規模修繕工事を行います。

つきましては以下の期間、高齢事業の中止・制限いたします。
ご協力の程、どうぞよろしくお願ひいたします

令和8年1月13日(火)～令和8年2月28日(土)
事業 中止

※令和8年3月2日(月)から再開します！



高齢者向け事業のご案内

各施設からお願いする感染予防対策を守りながらご利用下さい。

ご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力を願いいたします。

- ・手洗い、手指の消毒、咳エチケットを意識して実施するようお願いします。
- ・脱水症状予防の為、水分補給用に、お飲み物はご持参ください。
活動中などもこまめな水分補給をお勧めいたします。
- ・定期的に換気を行っています。服装等で寒暖差の調整対応にご協力下さい。
- ・各事業の参加には申込が必要です。事業登録申込書の記入をお願い致します。
(ご興味のある事業は是非ご見学・お問い合わせください)

事業内容	曜日	時間	備考
舞踊	月曜	午後1時～ 午後3時	日本舞踊。 各々のペースを大事にして教え合いながら実施します。
和室で 遊ぼう♪	火曜	午後1時半～ 午後3時半	和室で囲碁や将棋、トランプなどが楽しめます。 児童も参加するかも…。洋室ではEスポーツをしています。
手芸	水曜・木曜	午前10時～ 午前11時50分	季節のものを作ったり、色々なアイディアを出し合いながら、制作・作業を楽しんでいます。
東日サロン	水曜	午後1時～ 午後3時	簡単な体操や脳トレを楽しみながら行います。 また、地域の情報交換の場としても活用して下さい。
民舞	毎週木曜 第1・3・5土曜	午後1時～ 午後3時	新舞踊。適度に休憩を取りながら活動しています。
カラオケ ～個人歌い～	金曜	午後1時～ 午後3時	集まった皆様に各々カラオケを披露して頂きます。 是非、思いを込めた一曲を歌いに来てください。 ※原則は2コーラスまで次の曲に回していきます。
健康ストレッチ 教室	土曜	午前10時30分 ～ 午前11時50分	今までの活動のVTR等を観ながら、参加者で集まり自主的な活動 (無理のないように体を動かすなど)を継続しています。 ※第5土曜はお休みします
詩舞	第2・4土曜	午後1時～ 午後3時	詩吟の曲に合わせて踊ります。 興味のある方は是非一緒にご参加ください。

日曜・祝日は貸室事業及び乳幼児事業のみ実施しております。

各事業への参加、見学をご希望の方は館の方へお気軽にお問い合わせ下さい。

年末年始休館日 12月29日(月)～翌年1月3日(土)まではお休みです。

のお知らせ ※通常事業の実施は12月26日(金)までとなります。

◎事業参加時のお願い◎

事業参加者の皆様には、緊急時対応の為、申込書の記入・提出をお願いしております。

ころばん体操 問い合わせ先

健康推進課

03-3802-3111 内線432



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 →→→

