

仲町ふれあい館のご紹介

仲町ふれあい館は60歳以上の板橋区民の方を対象とした、健康増進や介護予防・教養の向上に資する事業の開催、高齢者の社会参加を促進するための施設です。利用証を作成の上、館内では靴下をはいてご利用ください。



このQRコードをスマホのカメラで読み取ってください。仲町ふれあい館のHPにジャンプします

仲町ふれあい館

検索



仲町ふれあい館のホームページをご覧ください。スマホやパソコンで「仲町ふれあい館」と検索するだけです。

囲碁・将棋 毎週水・金曜日に開催しています

囲碁・将棋 時間割

札番号	時間(1回 2時間15分)
1	9:30 ~ 11:45
2	12:00 ~ 14:15
3	14:30 ~ 16:45

1つの時間帯に
囲碁 2名×7組 14名まで
将棋 2名×2組 4名まで

参加方法

- ①受付で札をとって名簿に記入 *札は手前から順番に『自分の分1枚だけ』*名簿に氏名を記入、参加番号に〇印をつける
 - ②対局 *開始・終了時間をお守りください *対局終了後、碁石・駒・番号札を受付に返却してください
 - ③連続して対局する方へ *改めて札を取り、名簿にご記入ください。現在の対局時間終了後まで、次の番号札は取れません *対局中の碁石・駒はそのままで結構です
- ~定員をオーバーした場合~ *当日対局回数の少ない方が優先です *残りの枠は「じゃんけん」で公平に割り当てます

ボランティア大募集

仲町ふれあい館ではボランティアをして下さる方を大募集しています。興味がある方は職員にお声かけいただくか、奉優会のボランティアマッチングサイト「YELL」をご覧ください。



券売機ご利用時の注意点

有料事業への参加やお風呂をご利用される際は1階の券売機で参加券・入浴券を購入していただきます。次の点にご注意ください。

- ①参加券・入浴券は当日限り有効です。(当日より前に購入した券は使用できません。)
- ②参加券・入浴券を間違えて2枚購入した場合は、返金可能ですので職員までお申し出ください。その他、不明点等ございましたらお気軽に職員にお問い合わせください。

板橋区立仲町ふれあい館

(指定管理者:社会福祉法人 奉優会)

〒173-0022 板橋区仲町20-5

電話 03-3958-0163

FAX 03-3958-0164

メール: nakachou-fureai@foryou.or.jp



仲町ふれあい通信 8月号

8月ピックアップ事業

発行日:令和4年7月15日(金)
(指定管理者:社会福祉法人 奉優会)



要事前申込、詳細は「8月申込事業一覧」をご覧ください。

オンライン教室 参加者募集!!

ご自宅から参加可能!



今まで館内で行っていた各種事業が、家にいながら参加できるようになります。(パソコン・スマートフォンなどの通信機器をお持ちで、インターネット環境のある方。)

*参加可能な事業*いずれも7月20日(水)~申し込み可能

事業名	日にち	時間
リラックスヨガ①	8月11日(木)	10:15~11:05
もっと知りたい!イギリス文化	8月14日(日)	10:30~11:30
リラックスヨガ②	8月18日(木)	10:15~11:05
脳!きたえ〜る	8月27日(土)	10:30~11:30
椅子に座ってタップステップ	8月31日(水)	13:30~14:30

*ご不明・ご不安な点は職員が丁寧に説明致します。ご興味を持たれたら職員までお問合せください!!

もっと知りたい!イギリス文化

8月14日(日)10:30~11:30

オンライン可能

ビートルズやロイヤルファミリーなどイギリス文化は日本人にとって身近で人気です!! 当講座では、長年ロンドンに住んでいた先生だからこそのわかる「ありのままのイギリス」の魅力をお伝えします。

あつまれ!夏祭り

8月7日(日)10:30~15:30

【午前の部】(要申込)10:30~12:30

太鼓・ウクレレ・「楽器と唄」MOK

【午後の部】13:30~15:30

盆踊り、ゲームコーナー、(申込不要)

わくわく工房(要申込)

*夏の風物詩である「夏祭り」を企画いたしました。詳細はチラシをご参照ください。

ZOOMはじめてサロン

8月20日(土)10:00~12:00

「ZOOMって何?」「難しそう」と思っていないですか? 実はとっても簡単!そしてとっても便利なんです!! ご自宅に居ながらふれあい館の講座に参加できたり、遠方のご家族やご友人と交流することもできますよ! 普段ご使用になっているスマホやノートパソコンをご持参のうえ、お気軽にご参加ください。



6月活動報告

ご参加くださりありがとうございました。



6月29日(水)開催 韓国語サロン

「韓国語サロン」6月からスタートしました。韓国文化への関心が高まっている中で、韓国に興味を持ち、韓国の文化に触れあう機会になればと思います。韓国についているんなお話ができて、楽しい時間を過ごさせて頂きました。



6月毎週木曜日開催 はじめましょう!手話を

5月から全12回で始まったこちらの講座は板橋区の聴覚障害者協会のご協力で実現しました! 手話で自己紹介ができるまでを学んでいます! 6月は指文字や数字、自分の名前が出来るようになりました。



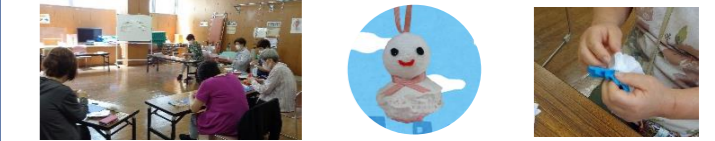
6月2日(木)開催 映画観賞会

5月に上映させて頂きました映画「ひまわり」が、大好評でしたので再々上映となりました。戦争とは何か?また戦争の悲惨さについて改めて考えられる映画です。たくさんの方にご覧頂き、ありがとうございました。



6月12日(日)開催 わくわく工房

粘土作品作りのワクワクねんどから、いろいろな作品づくりのわくわく工房に4月からリニューアル。6月は梅雨の時期らしく『てるてる坊主』に挑戦!とても個性豊かな作品ができました!



	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
午前	おしらせ 毎月20日は 事業申込のため 午前の介護予防体操の開 始時間は 10:00~ に変 更になります	体操① リズムでストレッチ 10:30~	囲碁・将棋	体操② 自力で骨盤調整 ①10:15~/②10:45~ のろさんの毎日げんき 11:00~	囲碁・将棋 仲町寄席「怪談噺」~噺と話し~ 10:30~	体操④
午後		体操③ 飯作さんのエアロビクス ①13:30~/②14:00~ 電子ゲーム体験会① 14:00~	囲碁・将棋 座敷deうんどう⑤ 13:30~ パソコンはじめまして① 14:00~	体操③	囲碁・将棋 リフレッシュエアロビクス 13:30~	体操① 岩淵職員の体操パラダイス① 14:00~ 白石職員のスマホお悩み相談室 ①14:00~/②14:30~
午前	7(日) あつまれ！夏祭り 【午前の部】10:30~12:30 【午後の部】13:30~15:30 *詳細は表面・ またはチラシをご覧ください	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)
午後	体操③ 仲町アロマヨガ③ 10:15~	囲碁・将棋 座敷deうんどう⑥ 13:30~ からだケアとリズムでウォーキング 13:30~ パソコンはじめまして② 14:00~	体操④ 筋トレ！男子① 14:00~ enjoy!卓球 13:00~	体操① リラックスヨガ① 10:15~	囲碁・将棋 レッツ！ウクレレ教室③ 14:00~	体操② だれでも筋トレ 10:30~
午前	14(日)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)
午後	体操③ もっと知りたい！イギリス文化 10:30~	休館日 ふれあい通信9月号発行	体操① 大人の塗り絵 11:00~	囲碁・将棋 リラックスヨガ② 10:15~	体操② ようこそルーブルへ 13:30~ enjoy!卓球 13:00~	囲碁・将棋 英語・はじめの一歩① 14:00~ 電子ゲーム体験会② 14:00~
午前	21(日)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)
午後	体操③ 岩淵職員の体操パラダイス② 13:30~ けん玉教室 14:00~	休館日	体操③ 飯作さんのエアロビクス ③13:30~/④14:00~	囲碁・将棋 座敷deうんどう⑦ 13:30~ パソコンはじめまして③ 14:00~	体操④ 英語・はじめの一歩② 14:00~ 電子ゲーム体験会③ 14:00~	囲碁・将棋 9月分講座申込受付
午前	28(日)	29(月)	30(火)	31(水)	<div data-bbox="1587 1480 2745 1795" data-label="Complex-Block"> <p>介護予防体操 *申し込み不要・無料です*</p> <p>場所:1階 機能訓練室 動きやすい服装・運動靴で ご参加ください※職員が行います</p> <p>・午前・・・9:15~ 9:45 ※20日のみ10:00~10:30 ・午後・・・13:15~13:45</p> <p>体操①・・・おとせん体操+ズンドコ節 体操②・・・おとせん体操+明日があるさ 体操③・・・フォー・ユー体操(ストレッチと筋トレ・リズム体操) 体操④・・・ラジオ体操第1・2 & ワンポイント!</p> </div>	
午後	臨時休館日 ※設備点検のため	休館日	体操④ 世界に一つ！オリジナルカレンダー作り 10:15~	囲碁・将棋 椅子に座ってタップステップ 13:30~ オンラインでフラダンス交流会 14:00~		

オンラインで
フラ★ダンス交流会



8月31日(水) 14:00~15:00 2階大広間

オンラインで素敵なフラダンスを観覧しませんか？
「みんなで一緒に踊ってみよう」コーナーもあります♪
主催:いたばし総合ボランティアセンター

・申込不要
・参加費:無料
お気軽にご参加ください