

..... 利用できる方は、原則として区内在住の60歳以上の方に限りです

浴室利用休止のお知らせ

改修工事のため、下記の日程で浴室利用は休止となります。

7月下旬頃～10月頃まで(予定)

詳細は、決まり次第発表いたします。

また、工事の際は大きな音と振動が伴います。

ご利用の皆様には、大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解、ご協力の程よろしくお願いいたします。

NEW! 映画観賞会

日時 7月9日(土) 13:00～
場所 2階 大広間
定員 10名(抽選)
費用 無料
申込方法 ご本人が滝野川老人いこいの家の
窓口・電話・FAX・メールにて
申込期間 6月25日(土)～7月2日(土)
※抽選結果は7月3日(日)以降
当選者のみご連絡いたします
上映作品は、「ひまわり」です (103分)

NEW! おりがみ広場 ～プレゼント箱～

日時 7月12日(火)
13:30～14:30
場所 2階 大広間
定員 8名(抽選)
持物 折り紙
費用 無料
申込方法 ご本人が滝野川老人いこいの家の
窓口・電話・FAX・メールにて
申込期間 6月25日(土)～7月6日(水)
※抽選結果は7月7日(木)以降
当選者のみご連絡いたします



NEW! フェルトdeレモン

日時 7月21日(木)
10:30～11:30
場所 2階 大広間
定員 6名(抽選)
費用 無料
申込方法 ご本人が滝野川老人いこいの家の
窓口・電話・FAX・メールにて
申込期間 7月1日(金)～7月13日(水)
※抽選結果は7月14日(木)以降
当選者のみご連絡いたします



NEW! お花のはし置き

日時 7月26日(火) 10:30～12:30
7月28日(木) 13:30～15:30
場所 2階 娯楽室B **定員** 各4名(抽選)
費用 300円
申込方法 ご本人が滝野川老人いこいの家の
窓口・電話・FAX・メールにて
申込期間 7月1日(金)～7月13日(水)
※抽選結果は7月14日(木)以降
当選者のみご連絡いたします



7月カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
職員による軽体操(申込不要) 『いこいこ体操』 9:30~10:00 開催日: 火・木・土・日 ☆7月からは週2回午後も開催! 『にこにこ体操』 14:30~15:00 開催日: 水・金 休館日: 毎週月曜日				1 にこにこ体操 14:30~15:00	2 いこいこ体操 9:30~10:00 映画観賞会 13:00~	3 いこいこ体操 9:30~10:00
4 休館日	5 いこいこ体操 9:30~10:00	6 気軽に脳トレ 10:30~11:00 にこにこ体操 14:30~15:00	7 いこいこ体操 9:30~10:00	8 にこにこ体操 14:30~15:00	9 いこいこ体操 9:30~10:00 映画観賞会 13:00~	10 いこいこ体操 9:30~10:00
11 休館日	12 いこいこ体操 9:30~10:00 おりがみ広場 13:30~14:30	13 気軽に脳トレ 10:30~11:00 にこにこ体操 14:30~15:00	14 いこいこ体操 9:30~10:00 ストレッチ & 筋トレ 13:30~14:30	15 にこにこ体操 14:30~15:00	16 いこいこ体操 9:30~10:00	17 いこいこ体操 9:30~10:00
18 休館日	19 いこいこ体操 9:30~10:00	20 健康相談 10:00~12:00 13:00~15:30 気軽に脳トレ 10:30~11:00 にこにこ体操 14:30~15:00	21 いこいこ体操 9:30~10:00 フェルトde レモン 10:30~11:30	22 スマホ相談会 10:30~12:00 にこにこ体操 14:30~15:00	23 いこいこ体操 9:30~10:00	24 いこいこ体操 9:30~10:00
25 休館日	26 いこいこ体操 9:30~10:00 お花の はし置き 10:30~12:30 就労個別 相談会 14:00~15:30	27 健康相談 10:00~12:00 13:00~15:30 気軽に脳トレ 10:30~11:00 にこにこ体操 14:30~15:00	28 いこいこ体操 9:30~10:00 お花の はし置き 13:30~15:30	29 にこにこ体操 14:30~15:00	30 いこいこ体操 9:30~10:00	31 いこいこ体操 9:30~10:00

~入浴利用について~ ※7月下旬~10月頃までは休止となります
新型コロナウイルス感染症予防のための対策を実施中です
 ・お風呂の利用回数を1週間に2回にします
 ・利用人数・入浴時間等の制限をします
 ◇お風呂利用のための利用証を発行します
 ◇定員を設けるため、長時間お待ちいただく場合があります



滝野川老人いこいの家 職員紹介パート3！



滝野川老人いこいの家・職員

菊地 千晶（きくち ちあき）

- ①自分を動物に例えると？
- ②趣味・特技
- ③好きな言葉（座右の銘）
- ④北区で好きなところ・行ってみたいところ
- ⑤皆さんへ一言

- ①とら（寅年なので）
- ②舞台鑑賞（特に宝塚）
- ③生きてるだけで丸儲け
- ④旧古河庭園
- ⑤皆様に楽しんでいただける講座を
たくさん考えております。
どうぞよろしくお願いいたします！

午後は

NEW! にこにこ体操

日時 7月より毎週水・金曜日
14:30～15:00
場所 2階 大広間
費用 無料
申込 不要
持物 お飲み物、汗拭きタオル
動きやすい服装でお越しください

健康相談

看護師による月2回の健康相談です。
申込不要！

日時 7月20・27日(水)
①10:00～12:00
②13:00～15:30

NEW! らくらくストレッチ&筋トレ

日時 7月14日(木)
13:30～14:30
場所 2階 大広間
定員 10名(抽選)
費用 無料
持物 お飲み物、タオル
当日は動きやすい服装でお越しください
ご本人が滝野川老人いこいの家の
窓口・電話・FAX・メールにて
申込方法
申込期間 6月25日(土)～7月6日(水)
※抽選結果は7月7日(木)以降
当選者のみご連絡いたします

気軽に脳トレ

日時 毎週水曜 10:30～11:00
場所 2階 大広間
定員 10名(会場先着順)
費用 無料
申込 不要

スマートフォン個別相談会

日時 7月22日(金) 10:30～12:00
場所 2階 大広間
定員 5名(抽選)
費用 無料
持物 ご自身のスマートフォン
申込方法 ご本人が滝野川老人いこいの家の
窓口・電話・FAX・メールにて
申込期間 7月1日(金)～7月13日(水)
※抽選結果は7月14日(木)以降
当選者のみご連絡いたします

「きらりあ北」就労個別相談会

～北区在住の働きたいシニアの
サポート出張相談会～

日時 7月26日(火)
14:00～15:30
場所 2階 大広間
定員 8名(先着順)
費用 無料
申込方法 ご本人が滝野川老人いこいの家の
窓口・電話・FAX・メールにて
申込期間 6月25日(土)～定員に達するまで

きらりあ北・滝野川老人いこいの家・名主の滝老人いこいの家
3 施設合同オンライン配信通知サービス行っています！

オンライン
体操

イベント
生配信

ウェブ配信
各種講座

オンライン講座やイベントなどお知らせが届く**新**サービス
(講座やイベント参加申し込みは別途必要となります。)

オンライン通知配信サービスの登録はメールまたは各施設窓口にてお申込みください。

【8月の講座のお知らせ】

NEW! あさがおのリース



日時 8月4日(木) 10:30~11:30 場所 2階 娯楽室B (第3和室)

定員 6名(抽選) 費用 **100円**

申込方法 ご本人が滝野川老人いこいの家の窓口・電話・FAX・メールにて

申込期間 7月16日(土)~7月26日(火) ※抽選結果は7月27日(水)以降**当選者のみ**ご連絡いたします

NEW! おりがみ広場~ひまわり~

日時 8月9日(火) 13:30~14:30

場所 2階 大広間

定員 8名(抽選)

持物 折り紙(黄色、茶色、緑)

費用 無料



申込 ご本人が滝野川老人いこいの家の

方法 窓口・電話・FAX・メールにて

申込 7月16日(土)~7月26日(火)

期間 ※抽選結果は7月27日(水)以降
当選者のみご連絡いたします

NEW! 紙コップでかご作り

日時 8月6日(土)

① 10:30~11:30

② 13:30~14:30

場所 2階 娯楽室B (第3和室)

定員 各4名(抽選)

費用 無料

申込 ご本人が滝野川老人いこいの家の

方法 窓口・電話・FAX・メールにて

申込 7月16日(土)~7月26日(火)

期間 ※抽選結果は7月27日(水)以降
当選者のみご連絡いたします



LINE、Instagramはじめました！

LINEは、お友達追加でお知らせや講座情報などを、
Instagramでは、写真や動画で
滝野川老人いこいの家の日常や講座の様子、
お知らせなどをお届けします！

【LINE】



【Instagram】



滝野川老人いこいの家

所在地：114-0023 東京都北区滝野川1-46-7(滝野川東区民センター内)

電話：03-3915-5545 FAX：03-3915-5615

メールアドレス：takinogawa-ikoinoie@foryou.or.jp

開館時間 9:00~16:00 入浴時間 11:00~15:30

ご利用には「利用証」の申請が必要です。初めて利用される方は、住所、氏名、年齢が記載された本人確認書類および緊急連絡先をご用意のうえ来館ください。各ふれあい館で発行した利用証でも利用できます。講師の都合や天災等により事業が中止になる場合がございます。予めご了承ください。

【ホームページ】

