

いこいの家通信



..... 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

NEW! タオル体操

日時 (滝野川)6月25日(土)
(名主の滝)6月29日(水)
13:30~14:30
場所 2階 大広間
定員 10名(抽選)
費用 無料
持物 80cm程度のタオル又は手ぬぐい
申込方法 ご本人が各館老人いこいの家の
窓口・電話・FAXにてメールにて
申込期間 5月25日(水)~6月15日(水)
※抽選結果は6月17日(金)以降
当選者のみ ご連絡いたします

NEW! 理学療法士による オンラインエクササイズ テーマ~膝痛予防~

日時 6月25日(土)10:00~10:30
場所 ①Zoomを活用 各自自宅等
②名主の滝 2階 大広間
定員 ①なし ②20名(会場先着順)
費用 無料
講師 松尾 直氏(理学療法士)
申込方法 ①ご本人が名主の滝老人いこいの家の
窓口・電話・FAX・メールにて②不要
申込期間 ①6月20日(月)まで
②なし

フラダンス教室 (全7回)

NEW! 第1・第3 日曜日開催

日時 6月19日(日)~9月18日(日)
①経験者クラス ②ゆっくりクラス
13:30~14:15 14:45~15:30
場所 名主の滝 3階 展示会議室
定員 各クラス10名(抽選)
費用 無料
申込方法 ご本人が名主の滝老人いこいの家の
窓口・電話・FAX・メールにて
申込期間 5月25日(水)~6月10日(金)
※抽選結果は6月11日(土)以降
当選者のみ ご連絡いたします

歌声サロン

日時 6月9日(木)13:30~15:00頃
場所 名主の滝 3階 展示会議室
定員 20名(抽選)
費用 無料
申込方法 ご本人が名主の滝老人いこいの家の
窓口・電話・FAX・メールにて
申込期間 5月19日(木)~6月3日(金)
※抽選結果は6月4日(土)以降
当選者のみ ご連絡いたします

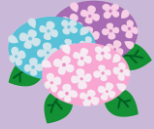
※①のお申込にはメールアドレスが必要です
※インターネット環境のない方やZoomの活用
が難しい方は②の館内配信にご参加ください
※Zoomの設定や接続はご自身で行っていただきます
※お申込後、前日までに確認メールが届かない場合は
窓口もしくはお電話にてお問い合わせください

「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 (名主の滝)6月16日(木)
(滝野川)6月28日(火)
14:00~15:30
場所 2階 大広間
定員 各8名(先着順)
費用 無料
申込方法 ご本人が各館老人いこいの家の
窓口・電話・FAX・メールにて
申込期間 5月25日(水)~定員に達するまで

(指定管理者)
社会福祉法人 奉優会 (ほうゆうかい)
〒154-0012
東京都世田谷区駒沢1-4-15 真井ビル5階



6月カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
名 名主の滝開催 滝 滝野川開催		1	2	3 名 健康相談 10:00~12:00 13:00~15:30	4	5
6 休館日	7 滝 かたつむり作り 10:30~11:30	8 滝 気軽に脳トレ 10:30~11:00	9 名 歌声サロン 13:30~15:00	10 名 健康相談 10:00~12:00 13:00~15:30	11	12
13 休館日	14	15 滝 健康相談 10:00~12:00 13:00~15:30 気軽に脳トレ 10:30~11:00	16 名 就労個別相談 14:00~15:30	17	18 名 Zoom講座 10:30~11:30 滝 おりがみ広場 13:30~14:30	19 名 スマホ相談 10:30~12:00 フラダンス ①経験者 13:30~14:15 ②ゆっくり 14:45~15:30
20 休館日	21	22 滝 健康相談 10:00~12:00 13:00~15:30 気軽に脳トレ 10:30~11:00	23 滝 スマホ相談 10:30~12:00	24 滝 あじさい 10:00~12:00	25 名 オンライン エクササイズ 10:00~10:30 滝 タオル体操 13:30~14:30	26
27 休館日	28 滝 就労個別相談 14:00~15:30	29 滝 気軽に脳トレ 10:30~11:00 名 タオル体操 13:30~14:30	30 名 利用者懇談会 10:00~11:00 滝 あじさい 13:30~15:30	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【滝野川】火・木・土・日 【名主の滝】火～日 休館日：毎週月曜日		

～入浴利用について～

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

健康相談

日時 (名主の滝) 6月 3・10日(金)
(滝野川) 6月15・22日(水)

①10:00~12:00

②13:00~15:30

場所 各施設内 ※申込不要

名主の滝老人いこいの家 職員紹介パート3！

- 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



名主の滝老人いこいの家・職員

佐々木 和子（ささき かずこ）

- ①もぐら
- ②一眼レフで花を撮ること
- ③笑って楽しく！
- ④旧古河庭園
- ⑤至らないことばかりですが、皆さんが楽しく過ごせる“いこいの家”を目指して頑張ります！



名主の滝老人いこいの家・職員

飛田 ちはる（ひだ ちはる）

- ①犬
- ②バレーボール・お買い物
- ③元気があれば何でもできる！！
- ④名主の滝
- ⑤まだ不慣れで皆様にご迷惑をおかけしますが早く慣れてお仕事できるよう頑張ります！



名主の滝老人いこいの家・職員

古谷 美陽（ふるたに みはる）

- ①猫
- ②食べ歩き（ビュッフェが大好き）
ネイル・剣道
- ③無理はしない！！
- ④飛鳥山公園（桜の時期が特に好きです）
- ⑤元気いっぱい楽しく頑張ります！
よろしくお願いいたします！

老人いこいの家利用者のためのミーティング

令和4年度 第1回 **利用者懇談会**

～今回の議題～

① 4～6月の事業開催報告

② 入浴・マッサージサービスについて

日時 6月30日(木)10:00～11:00
場所 名主の滝 2階 大広間
定員 なし
費用 無料
申込 不要
方法 直接会場にお越しください

Zoom講座

(オンラインミーティング)

日時 6月18日(土)10:30～11:30
場所 名主の滝 2階 大広間
定員 10名(抽選)
費用 無料

申込 ご本人が名主の滝老人いこいの家
方法 窓口・電話・FAX・メールにて

申込 5月25日(水)～6月12日(日)
期間 ※抽選結果は6月14日(火)以降
当選者のみ ご連絡いたします

スマホ個別相談

日時 (名主の滝)6月19日(日)
(滝野川)6月23日(木)
10:30～12:00

場所 2階 大広間
定員 各5名(抽選)
費用 無料

申込 ご本人が各館老人いこいの家
方法 窓口・電話・FAX・メールにて

申込 5月25日(水)～6月12日(日)
期間 ※抽選結果は6月14日(火)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 滝野川 2階 大広間
費用 無料
定員 10名(会場先着順)
申込 不要

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開始！

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。

NEW!

かたつむり作り

日時 6月7日(火) 10:30~11:30
場所 滝野川 2階 大広間
定員 8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 5月25日(水)~6月1日(水)
※抽選結果は6月2日(木)以降
当選者のみご連絡いたします



NEW!

少し難しい フェルトあじさい

日時 ①6月24日(金) 10:00~12:00
②6月30日(木) 13:30~15:30
場所 滝野川 2階 大広間
定員 各4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 5月25日(水)~6月15日(水)
※抽選結果は6月17日(金)以降
当選者のみご連絡いたします



NEW!

フェルトで コースターづくり

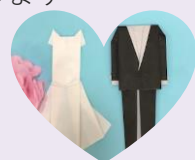
日時 6月22日(水)
①10:30~11:30
②13:30~14:30
場所 名主の滝 2階 大広間
定員 各8名(抽選)
費用 無料
申込方法 ご本人が名主の滝老人いこいの家の
窓口・電話・FAX・メールにて
申込期間 6月1日(水)~6月15日(水)
※抽選結果は6月16日(木)以降
当選者のみご連絡いたします



NEW!

おりがみ広場 ~ウェディング~

日時 6月18日(土)13:30~14:30
場所 滝野川 2階 大広間
費用 無料
定員 10名(抽選)
申込方法 ご本人様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 5月25日(水)~6月12日(日)
※抽選結果は6月14日(火)以降
当選者のみご連絡いたします



お問い合わせ先

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

名主の滝老人いこいの家

所在地: 114-0021 東京都北区岸町1-15-25(名主の滝公園内)
電話: 03-3909-3083 FAX: 03-5948-5303
メールアドレス: nanushi-ikoinoie@foryou.or.jp
開館時間 9:00~16:00

入浴時間 【滝野川】 11:00~15:30 【名主の滝】 10:30~15:30

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



ホームページ

