

# なごみの家北小岩

## 令和4年5月の予定表

月	火	水	木	金	土	日
						1 空手ビクス(AM) 夕方掃除
2 休館日	3 休館日	4 休館日	5 休館日	6 運動教室①②	7 手芸サロン(AM)	8 夕方掃除
9 休館日	10	11 早朝掃除 運動教室③④	12 防災の会(PM)	13	14	15 夕方掃除
16 休館日	17	18 早朝掃除 運動教室①②	19 趣味の会(AM)	20	21	22 音楽サロン(3部)
23 休館日	24	25 早朝掃除 運動教室③④	26 アートサロン(AM)	27	28	29 夕方掃除
30 休館日	31 書道サロン(AM)					

### 【各サロン予約日について】

- ・音楽サロン(前回不参加の方・・・5/1～、前回参加の方・・・5/8～)
- ・アートサロン(5/6～) ・防災の会(4/24～)

\*新しいサロン・・・「ゆったり書道サロン」登録制(定員8名まで) 毎月最終火曜日

\*コラボ企画・・・「空手ビクス」、5/8(日)10:00～・予約制(定員40名まで)

会場：小岩アーバンプラザ(第1・2集会室)

【注意事項】コロナウイルス感染拡大次第では、イベントや催し物の中止もあり得ますのでご了承ください

マスクの着用、手指の消毒、三密(密閉・密集・密接)を避けるなど、

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



お願いいたします

### 【現在の各サロン・活動は定員があります】

【登録制】・・・ピンク色のサロンや活動:(にこにこ運動教室・手芸サロン・ハッピートレーニング)

【予約制】・・・青色のサロンや活動:(アートサロン・音楽サロン) \*防災の会は春頃までお休みです

【自由参加】・・・緑色のサロンや活動:(趣味の会・早朝清掃・夕方清掃)

\*各サロンの案内チラシはなごみの家北小岩に置いてあります。興味・関心のある方はご連絡ください。

### 【いつでもおこなっていることについて】

【申請書ありで支給】・自動電話録音機 ・見守りキーホルダー ・愛の杖

【申請書なしで配布】・三療券申請のハガキ ・SOSシート ・安心生活シート ・おかえりリボン

【その他】・江戸川区共通ポイントカード加算(第2木曜は2倍!) ・相談のある方の対応(なんでも相談)



# なごみの家小岩

## 令和4年5月 予定表



ご相談はいつでも受け付けています。  
お気軽にご利用ください。

月	火	水	木	金	土	日
						1
2 休館日	3 休館日 (祝日)	4 休館日 (祝日)	5 休館日 (祝日)	6	7	8
9 休館日	10 にこにこ 運動教室 (C・D)	11	12	13	14	15
16 休館日	17 にこにこ 運動教室 (A・B)	18	19 手話の会 11:00~ 12:00	20	21	22
23 休館日	24 にこにこ 運動教室 (C・D)	25	26	27	28	29
30 休館日	31 にこにこ 運動教室 (A・B)					

### ★ご利用人数

入館人数：最大5名

### ★注意事項

- ・マスクの着用  
(マスクをご持参ください。)
- ・体調不良時の利用はご遠慮ください。
- ・手洗い、消毒、検温と健康チェック表の記入をお願いします。
- ・17時からは消毒の時間とさせていただきます。

対象となる方に、見守りキーホルダー、自動通話録音機をお渡ししています。詳細はなごみの家小岩までお問い合わせください。

「にこにこ運動教室(らくらくストレッチ)」は登録制です。状況により中止となる場合がございますので、参加ご希望の方はお電話にてお問い合わせください。

### 「手話の会」

手話を習いたい方々が集まり、聴覚に障害のある方が講師となって手話教室を始めました。参加ご希望の方はお電話にてお問い合わせください。(状況により中止させていただきます。ご了承ください)

### なごみの家小岩

住所：東小岩 5-19-8  
(小岩区民館向かい)  
開館時間：9:00~17:30  
電話：03-3658-4753


# 5月 なごみの家 鹿骨

鹿骨1-54-2フラワーホール1F

「新型コロナウイルス」の対策として、参加者の皆様の健康・安全面を考慮し、「なごみの家食堂」は当面の間、実施を見合わせております。その他、**にここ運動を含むイベントは事前登録が必要**になりますので、詳しくはなごみの家鹿骨にお問い合わせください。また 居場所については利用時間・人数を制限のうえ開放しております。


日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	休館	休館 	休館 	休館 		
8 	9	10	11	12 にここ運動 ・翡翠 ・瑠璃	13	14
15	16	17	18 ほのぼの スマイル会①	19 にここ運動 ・珊瑚 ・翡翠	20 ほのぼの スマイル会②	21
22	23	24	25 ほのぼの スマイル会③	26 にここ運動 ・瑠璃 ・珊瑚	27 ほのぼの スマイル会④	28 ほのぼの スマイル会 
29 ストーンペ インティング 	30	31 立待月の会 10時~ 				

※事前登録制です。  
※中止・変更する場合がありますので事前  
にご確認ください。

**にここ運動**  
※条件がありますので、  
お問い合わせください。  


**ストーンペインティング**  
29日(日)  
※5月1日より受付 4名まで

**ほのぼのスマイル会**  
※折り紙サークル

**立待月の会**  
31日(火) 10時~  
17~20日午前中まで受付  
20名まで  


**開館時間 9:00~17:30**  
今月の休館日2,3,4,5,9,16,23,30日  
休館日 月曜・祝日・年末年始  
※月曜が祝日の場合は翌日も休館  
※土日が祝日の場合は開館  
なごみの家鹿骨

# なごみの家瑞江 5月

にここ運動教室・サークル活動共に、下記のカレンダー通りに実施しております。予約申し込みが必要となっておりますので、ご希望の方は連絡ください。

## ■開館時間

9:00~17:30

- ・入館人数を最大16名とさせていただきます。

## ■注意事項

- ・マスクの着用をお願いします。
- ・体調のすぐれない方は、ご利用できません。
- ・入館後は、手洗い、消毒、検温と健康チェック票ご記入をお願いします。
- ・ふたのついた飲料のみお持ち込み可能です。
- ・食べ物のお持ち込みはできません。

なごみの家は「なんでも相談」「だれもが集える通いの場」「地域のネットワーク作りの場」です。現在は最大16名までという人数制限、ふたのついた飲み物以外の飲食禁止ですが、どんな方でも利用できますので、趣味や読書、勉強、友達との待ち合わせ、休憩所としてもご利用ください。ベビーマット・おむつ交換台・おもちゃもありますので、お子様を連れてのご利用もお待ちしています。見守りキーホルダー・自動通話録音機・愛の杖もこちらでお渡ししております♪

月	火	水	木	金	土	日
・各種サークル活動は事前申し込みが必要です。 ・新型コロナウイルスの影響で急遽中止となる場合があります。						1
2 休館	3 休館	4 休館	5 休館 こどもの のびのび	6 ①10:00-10:30 ②10:50-11:20 にここ運動教室	7	8 ①9:30 ②10:45 ハンドベル ポイント2倍
9 休館	10 9:30-11:30 手芸クラブ	11 ③10:00-10:30 ④10:50-11:20 にここ運動教室	12 9:30-11:30 男のいこい	13 14:00-15:00 ゆるゆる リンパケア	14	15 14:00-15:00 初めての英会話
16 休館	17	18 ⑤10:00-10:30 ⑥10:50-11:20 にここ運動教室	19	20	21	22
23 休館	24 9:30- 手芸クラブ	25 ⑦10:00-10:30 ⑧10:50-11:20 にここ運動教室	26	27 ①13:30-14:30 ②14:45-15:45 書道教室	28 9:15-10:15 ヨガ教室	29
30 休館	31					

なごみの家瑞江 江戸川区江戸川2-33-18 TEL:03-5636-7753

開館時間：9:00~17:30 休館日 月曜・祝日・年末年始 ※月曜が祝日の場合は翌日も休館・土日が祝日の場合は開館  
イベント実施中も相談は受け付けています。

来所者には江戸川区商店街ポイントカードのポイントプレゼント！第二日曜日は2倍デーです。



# なごみの家松江北センター

【5月の予定】



住所：江戸川区中央 2-13-12  
 電話番号：03-3652-4753  
 開館時間：9:00~17:30  
 開館日：火~日曜日  
 休館日：月曜日・祝日・年末年始

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休館日	3 休館日	4 休館日	5 休館日	6	7
8	9 休館日	10	11	12 にこにこ運動教室	13	14
15	16 休館日	17	18	19 オレンジカフェ にこにこ運動教室	20	21
22	23 休館日	24	25	26 にこにこ運動教室	27	28
29	30 休館日	31				

※新型コロナウイルス感染症の影響により、にこにこ運動教室はなごみの家松江北で開催します。  
 なお、にこにこ運動教室は事前登録制となっております。事前になごみの家松江北にお問合わせください。

## ★ご来所の際は、以下のことにご理解、ご協力をお願いします★

- ・ 出入口での手洗い、検温、健康チェック表の記入。
- ・ マスクの着用
- ・ 体調の悪い方の利用(来所)は、お控えください。
- ・ 館内では換気や除菌等徹底しております。



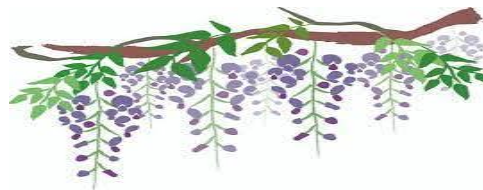
- ・ 専門スタッフが相談にのります。
- ・ どんなことでもかまいません。
- ・ 一緒に考え、サポートします。
- ・ 相談無料、秘密厳守。



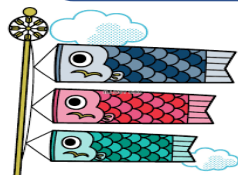


なごみの家 一之江  
 開館時間: 9:00~17:30  
 TEL: 5661-6753

# 5月カレンダー



なごみの家は、子どもから熟年者まで  
 集える交流の場です。  
 住所: 江戸川区一之江4-1-18



日	月	火	水	木	金	土
1	2 定休日	3 定休日	4 定休日	5 定休日	6 笑いヨガ 10:00 江戸トレ 11:00 健康相談室	7
8	9 定休日	10	11 法律相談 14:00~ 囲碁・将棋 14:00~	12 にこにこ運動教室 1:10:00~10:30 2:11:00~11:30	13 笑いヨガ お休み 江戸トレ 11:00 健康相談室	14
15	16 定休日	17	18 スマホ教室 10:30~ 囲碁・将棋 14:00~	19 にこにこ運動教室 1:10:00~10:30 2:11:00~11:30	20 笑いヨガ 10:00 江戸トレ 11:00 健康相談室	21 クリーン作戦 14:30
22	23 定休日	24	25 囲碁・将棋 14:00	26 にこにこ運動教室 1:10:00~10:30 2:11:00~11:30	27 笑いヨガ 10:00 江戸トレ 11:00 健康相談室	28
29	30 定休日	31				

■注意事項(にこにこ運動教室・笑いヨガ・えどトレにつきましては**申込制**)  
 ・マスク着用・人の間隔を空けて実施  
 ・体調のすぐれない方は利用不可。  
 ・健康チェック表を記入して下さい。  
 ・入室後は手洗い、消毒、検温実施  
 ★蓋のある飲料をお持ちください。

■なごみの家の利用は(ご利用は7名まで)・時間はお一人1時間までとさせていただきます。  
 ■マスク着用・手指の消毒・三密(密閉・密室・密接)を避ける。  
 ■「見守りキーホルダー」「自動通話録音機」「愛の杖」申請は随時受けつけています。  
 ご自分の身分を証明できるものをお持ちください。(健康保険証・運転免許証等)

# なごみの家 長島桑川 ご利用についてのお願い

現在、感染拡大予防に細心の注意を払いながらのご利用を再開しています。  
ご来所される皆様に“安心してご利用いただく”ために、いくつかお願いがございます。  
ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

◎3密を避けるため、入館定員の上限を設定しています。1階5名、2階8名までです。  
尚、1時間を超えてのご利用も可能ですが、定員を超える人数になった場合は、ご利用時間を制限させていただく場合があります。多くの方にご利用いただけるようご協力お願いいたします。  
※ご利用中は他の方と1～2mの距離を保っていただきますようお願いいたします。

◎ご来所の際、マスクの着用・検温・手洗い・消毒、健康チェック票の記入をお願いいたします。  
※異常がある場合は入館できません。水分補給以外の飲食はできません（なるべくご自身で蓋付容器にてご持参ください）。

なごみの家では、設備、備品の消毒や換気等感染防止対策を行っており、  
東京都の『感染防止徹底宣言ステッカー』を掲示しています。

「なごみの家食堂」は引続き開催を見合わせております。

再開の目途がたちましたら、なごみ新聞、ホームページなどでお知らせします。

感染防止徹底宣言



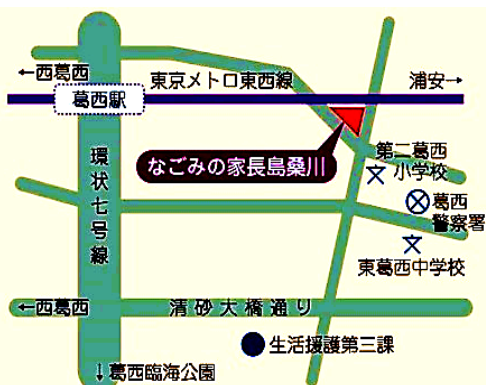
※なんでも相談、「見守りキーホルダー」・「自動通話録音機」・「愛の杖」の申請は、随時受け付けています。身分証明書をお持ちください。  
※地域見守り名簿を基に見守り支援活動（戸別訪問等）も行っています。（状況に応じて対応中です）

## 5月の予定



日	月	火	水	木	金	土
1	2 休館日	3 憲法記念日 休館日	4 みどりの日 休館日	5 こどもの日 休館日	6 ダブルイベントデー 10:00 にこにこ運動教室 10:50 にこにこ運動教室	7
8	9 休館日	10	11 13:30 手話 	12	13 10:00 にこにこ運動教室 10:50 にこにこ運動教室	14
15	16 休館日	17	18 	19	20 10:00 にこにこ運動教室 10:50 にこにこ運動教室	21
22	23 休館日	24	25 	26	27 10:00 にこにこ運動教室 10:50 にこにこ運動教室	28
29	30 休館日	31				

新型コロナウイルス感染症の拡大等の諸事情で、予定しているイベントを中止する場合があります。あらかじめご了承ください。



- 所在地 江戸川区東葛西 6-34-1 ●電話 03-3680-2753
- 開館日 火～日曜（土日の祝日は開館）
- 開館時間 9:00～17:30
- 休館日 月曜・祝日（祝日が月曜日の場合は翌日も休館）・年末年始  
※4/29（金・祝）および、5/2（月）～5/5（木・祝）は休館
- アクセス 東京メトロ東西線「葛西」駅より徒歩約10分、  
都営バス葛西21「第二葛西小学校前」から徒歩2分

感染症防止対策実施しています

# なごみの家 葛西南部 5月予定表

「なごみの家葛西南部」では、「居場所」としての利用や「なんでも相談」をお受けしております。看護師、社会福祉士がおりますので、困っていることがあれば、遠慮なくお申し出ください。なお、相談等については電話でもお受けしておりますので、お気軽にご連絡ください。また、「見守りキーホルダー」「自動通話録音機」「愛の杖」の申請も受け付けております。皆様のお越しをお待ちしております。

5月



日	月	火	水	木	金	土
1	2 休館日	3 憲法記念日 休館日	4 みどりの日 休館日	5 こどもの日 休館日	6	7
8	9 休館日	10 13:00~13:30 14:00~14:30 にこにこ運動教室 予約制	11	12	13	14
15 10:00~12:00 14:00~16:00 はじめてのスマホ教室 予約制	16 休館日	17 13:00~13:30 14:00~14:30 にこにこ運動教室 予約制	18	19	20	21 10:00~12:00 14:00~16:00 はじめてのスマホ教室 予約制
22	23 休館日	24 13:00~13:30 14:00~14:30 にこにこ運動教室 予約制	25	26	27	28
29	30 休館日	31 13:00~13:30 14:00~14:30 にこにこ運動教室 予約制	<div data-bbox="1032 1027 1951 1075" data-label="Section-Header"> <h2>「にこにこ運動教室」参加方法について</h2> </div> <div data-bbox="1032 1086 2078 1176" data-label="List-Group"> <ul style="list-style-type: none"> <li>■事前予約制です。</li> <li>■初めて参加される方は、事前に「登録」を行ってください。</li> <li>■定員制:各回10名</li> <li>■開催日の2週間前から予約受付を開始します。</li> </ul> </div>			

## スマホ教室参加方法について

スマホを始めようとお考えの方。  
スマホの使い方で困っている方。

- 事前に来所もしくは電話にてご予約ください。(各回定員5名)
- 何回でも参加できます。
- スマホをお持ちでない方も大歓迎!
- 参加費無料。



ぜひ、この機会にご参加ください!!

開館時間 : 9:00~17:30

休館日 : 月曜 祝日

※ただし土日の祝日は開館します

利用料 : 無料



江戸川区清新町2-7-20  
東京福祉専門学校内

ボランティア募集中!!  
お気軽にご連絡ください!

☎ 03-5659-0753





# 5月 なごみの家 小松川平井 カレンダー



## お知らせ

新型コロナウイルスの感染症対策として、  
 ①入館時にはマスク着用。  
 ②混雑時、入館時間の早い順での退室のお願い。  
 ③水分はペットボトル、水筒で持参。  
 ④入館時には、お名前、連絡先の記載、体温測定、健康チェック。  
 上記を皆様をお願いしています。体調不良、せき、発熱等がみられる場合は利用を制限させていただきます。  
 ※居場所としての利用は17:00までとさせていただきます。

★相談、見守りキーホルダーの作成は随時受け付けています。(見守りキーホルダーは、江戸川区在住の方はどなたでも作成できます。)  
 ★自動通話録音機の申請を受け付けています。対象：70歳以上の方のみでお住まいの世帯。ご不明な点は左記の連絡先までご連絡ください。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	休館日	休館日	休館日	休館日	<登録制> 人生大学 ラクラク体操 10:00~10:30	
8	9	10	11	12	13	14
	休館日	<予約制> 折り紙 10:00~11:00	<予約制> はじめての スマホ教室 14:00~15:00	<登録・予約制> にこにこ 運動教室 10:00 11:00		
15	16	17	18	19	20	21
<予約制> LINE教室 14:00~15:00	休館日	<予約制> 折り紙 14:00~15:00		<登録・予約制> にこにこ 運動教室 10:00 11:00	<登録制> 人生大学 ラクラク体操 10:00~10:30	<予約制> 折り紙
22	23	24	25	26	27	28
	休館日		<予約制> はじめての スマホ教室 14:00~15:00	<登録・予約制> にこにこ運動教室 10:00 11:00 ☎にこにこ6月の 予約開始		
29	30	31	※今後の感染状況により、入館制限や、サロン活動の変更・休止をする場合があります。 ※<予約制>の活動に参加希望の方は事前にご連絡ください。人数制限を設けています。			
<予約制> LINE教室 14:00~15:00	休館日					なごみの家小松川平井 平井1-9-6 T.I.Sビル1階 03-5858-9753 (9:00~17:30開館)