

でんえんの風

2025年7月

シニアステーション田園調布西
大田区田園調布4-44-9 TEL:03-3721-8066

社会福祉法人
池上長寿園
IKEGAMI CHOUJUN

夏の地域健康講座

「排便~こちよく出すためのヒント~」
& 出張！暮らしの保健室

講師：横井郁子先生・松元由香先生
(東邦大学 地域連携教育支援センター)



7月1日(火)
13:30~15:00

健康や日常生活についての個別相談も！
ご希望の方にはpooマスターと一緒にお腹を
触ります。動きやすい服装でご参加ください。

◆予約制：定員20名 ◆無料

「着付け教室」体験会

基本を一通り知っ
たうえで
着たい着物を好き
のように着る

講師：為田加奈子先生

7月31日(木)
13:30~15:30

持ち物など詳細はお問合せいただいた方に
プリントをお渡しいたします。

◆予約制：定員10名 ◆無料

●プログラムの予約について●

外部講師の有料プログラム(¥印)、予約制の
講座(★印)は予約が必要です。満のついた講
座はキャンセル待ちです。
予約をキャンセルされる場合は、電話連絡をお
願い致します！

かおり所長の

マットヨガ



当館所長による人気の本格ヨガ！

7月10日(木)
11:00~12:00

●予約制：定員20名 ●無料
貸出し用マットがございます！

書道の会

講師：内田士家留先生

7月2日・23日(水)
10:00~12:00



持ち物：書道道具一式、墨汁、半紙など

◆予約制：定員20名 ◆300円/回



クールスポット (~10月15日)

お休み処・涼み処としてご利用ください！

※6月末で当館の自動販売機は撤去されました。
各自お飲み物をご用意ください。



でんにしのプログラム

QRコードをスマホのカメラにかざして、
ホームページからご覧になれます。



●8月のマッサージ (無料)

7月15日より、お電話にてご予約を承ります。
椅子に座って15分のマッサージです。
マスク着用、手ぬぐいをご持参下さい。

