

5月 大島福祉会館のお知らせ



KOTO City in TOKYO
スポーツと人情が熱いまち 江東区

2023(R5)年

運営：株式会社 明日葉



〒136-0072

江東区大島4-5-1江東区総合区民センター3階



TEL..(3637)2581

FAX.(3637)2881

ホームページアドレス

<https://www.ojima-fukushi.com>

日	月	火	水	木	金	土
★ は先着順講座 ● は登録制講座 ♥ 事前申込み講座	1 ★脳トレ (13:30~) ✖お風呂休み	2 ●民謡教室 (13:30~)	3 ★休館日 憲法記念日	4 ★休館日 みどりの日	5 こどもの日 開館します ✖お風呂休み	6 ●お茶クラブ (練習) (10:00~) 菖蒲湯
春のウォーキング 申込み受付						
●大島俳句会 (9:30~) ●卓球クラブ (9:50~) ✖お風呂休み	8 ✖お風呂休み	9 	10	★ さわやかクラブ 転倒予防体操 (10:00~) ●民謡教室 (練習) (13:30~)	12	13
春のウォーキング 申込み受付						
14 ★休館日	15 ★ぬり絵 (13:30~) ✖お風呂休み	16 ●民謡教室 (練習) (13:30~)	17 ●いきいき 健康体操 (13:30~)	18 ★のびのびクラブ 太極拳 (10:00~) ★さわやかクラブ 介護予防指導 (13:30~)	19 ★民謡教室 (13:30~)	20 ●お茶クラブ (10:00~)
21 ●卓球クラブ (9:50~) ✖お風呂休み	22 ✖お風呂休み	23 ●民謡教室 (練習) (13:30~)	24 ★ボッチャ (練習試合) (13:30~)	25 ●のびのびクラブ 健康体操 (10:00~) ★健康教育 (13:30~)	26 ●さわやかクラブ 介護予防体操 (10:00~) ★さわやかクラブ レクリエーション (13:30~)	27 ★KOTO 活き粋体操 (10:00~)
28 ★休館日	29 ✖お風呂休み	30 ♥ 春のウォーキング (9:00~) 裏面参照 ぜひご参加 ください♪	31 	☆ラジオ体操について☆ 午前10:55分~(午前講座が無い日) ラジオ体操第一 午後3:00~ ラジオ体操第一・第二 ぜひご参加ください♪ 		

《健康教育》

【日 時】5月25日(木) ☆今回の健康教育☆
13:30~ 歯科衛生士の先生にお話しを
【場 所】和室大 していただきます。
【募集人数】20名 テーマは「お口の健康」!

《さわやかクラブ・レクリエーション》

【日 時】5月26日(金) 参加者のみなさんで
13:30~ 朗読や歌唱などのレクを行い
【場 所】和室大 ます。
【募集人数】16名 一緒に楽しみましょう☆

★《先着順講座》自由参加可能な講座です。※定員になり次第〆切となります。

講座名称	日にち	時間	場所	人数	講師
脳トレ	1日(月)	13:30～	和室大	30名	
さわやかクラブ・転倒予防体操	11日(木)	10:00～	和室大	16名	山崎 律子先生
ぬり絵	15日(月)	13:30～	和室大	30名	
のびのびクラブ・太極拳	18日(木)	10:00～	和室大	16名	藤崎 優先生
さわやかクラブ・介護予防指導	18日(木)	13:30～	和室大	20名	北原 千壽子先生
民謡教室	19日(金)	13:30～	和室大	20名	福田 成久(三浦為七郎)先生
ポッチャ(練習試合)	24日(水)	13:30～	和室大	20名	
健康教育(お口の健康)	25日(木)	13:30～	和室大	20名	城東保健所・歯科衛生士
さわやかクラブ・レクリエーション	26日(金)	13:30～	和室大	16名	伊藤 成先生
KOTO活き粋体操	27日(土)	10:00～	和室大	10名	

●《登録制講座》年間を通して受講者が決定しています。

講座名称	日にち	時間	場所	人数	講師
民謡教室	2日(火) ■:11日(木)・16日(火)・23日(火)	13:30～	和室大	募集中	長野 敦子先生
お茶クラブ	6日(土)・20日(土)	10:00～	和室小	募集中	
大島俳句会	7日(日)	9:30～	和室大	募集中	土屋 天心先生
卓球クラブ	7日(日)・21日(日)	9:50～	5F大島第2児童館	24名抽選済	
いきいき健康体操	17日(水)	13:30～	和室大	25名抽選済	森山 由起子先生
のびのびクラブ・健康体操	25日(木)	10:00～	和室大	21名抽選済	森山 由起子先生
さわやかクラブ・介護予防体操	26日(金)	10:00～	6Fサブプレホール	24名抽選済	森山 由起子先生

♥《事前申込み講座》申込み期間中に申込みを行う講座です。必ず本人が来館の上お申し込みください。

講座名称	日にち	時間	場所	人数	講師
春のウォーキング	30日(火)	9:00～	清澄庭園	20名	

☆登録している講座を遅刻・欠席する場合は、必ず事前にご連絡ください。
登録制講座は当日欠席があればキャンセル待ち(先着順)で講座に参加する事が出来ます。
連絡がなく遅刻・欠席される場合は、キャンセル待ちの方を優先します。
☆人数に募集中と書かれている登録制講座は引き続き参加者を募集しています。
募集中の登録制講座は見学も可能です。ご検討ください♪

《令和5年度 春のウォーキング》

【日 時】5月30日(火) 9:00～12:00(予定)
※大雨、荒天の場合は中止
【募集人数】先着20名
※定員になり次第〆切となります。ご了承ください
【集合場所】和室大
【行き先】清澄庭園(入園料70円)
【申込み期間】
5月1日(月)～5月10日(水)
【申込み場所】
大島福祉会館 事務室受付
【注 意】
申込みは本人に限ります。(電話申込み不可)

【持ち物等について】
タオル、帽子などの熱中症対策
水分補給が出来るもの



当日は電車(都営線地下鉄)での移動となります。
東京都シルバーパスと健康保険証をお持ちください。
※シルバーパスを持っていない場合、
別途運賃が必要となります。
パスモ・スイカ等ICカード:178円(往復356円)
切符:180円(360円)

奮ってご参加ください☆

大島俳句会

令和五年四月二日
兼題『龍月・当季雑詠』
主宰 土屋 天心

收容所(ラゲリ)の遺書にぼるぼる月おぼる
焼跡の青味日に日に小名木川
芽柳の青味日に日に小名木川
墨田川おぼるの先は犯罪人島
四月馬鹿争い止めの先は犯罪人島
初恋のすっぱさ残しおぼる
合格の通知のベルや春運ぶ
夜行バス見送りし娘(こ)や平林富美子
小さき靴揃ふ玄関春日か
比叡山(えいざん)も町屋も同じ龍月
磨崖仏壁をはなるる四月馬鹿
踊子と龍月にこだます雪崩か
山里の腹にこだます雪崩か
父の忌の法要に帰す石井真由美
京橋に焙煎のカフェ屋代よう月
定まらぬ終の住家と龍月
山笑ふたんぼ一つが家となつり
龍夜や離居した母へ片づき
居ぬ人を呼んで目覚める春の月
無住寺の屋根をぼんやりと見
列島の北に横切りや鳥帰る月
一幅の墨絵の夜の追ひ追われ
せせらぎや雌雄の蝶の追ひ追われ

*句会に参加する方を募っています
次回一緒に俳句を楽しみましょう
兼題『五月・当季雑詠』
令和五年五月七日