

6月 大島福祉会館のお知らせ



KOTO City in TOKYO
スポーツと人が熱いまち 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
ホームページアドレス <https://www.ojima-fukushi.com>



TEL..(3637)2581
FAX.(3637)2881

日	月	火	水	木	金	土
NEW 《新規サークル「輪踊り」について》 日時:6月5日(月) 10:00~11:30 場所:和室大 参加人数:30名まで  《活動内容について》 輪になって皆さんで楽しく踊ります。 誰でも気軽に参加できるサークル活動です♪ 初心者でもOK! ぜひご参加ください☆				1 のびのびクラブ 健康体操 (10:00~) ★健康教育 (13:30~)	2 さわやかクラブ 歌唱指導 (10:00~)	3 お茶クラブ (練習) (10:00~)
スマホ相談会申込み期間				8 さわやかクラブ 転倒予防体操 (10:00~) ●民謡教室 (13:30~)	9 	10
4 ●大島俳句会 (9:30~) ●卓球クラブ (9:50~) ●将棋例会 (9:45~) ✕お風呂休み	5 ★輪踊り (10:00~) ★脳トレ (13:30~) ✕お風呂休み	6 ★シニアの椅子 ヨガストレッチ (13:30~)	7	15 ★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~)	16 ★民謡教室 (13:30~)	17 ●お茶クラブ (10:00~) 
11 ★休館日	12 ★人生・生き活き講座 (13:30~) ✕お風呂休み	13 	14 ★スマホ相談会 (13:00~)	22 ★さわやかクラブ 口腔ケア (13:30~)	23 ●さわやかクラブ 介護予防体操 (10:00~) ★大島名画座 「シャレード」 (13:30~)	24 ★KOTO 活き粋体操 (10:00~)
18 ●卓球クラブ (9:50~) ●囲碁例会 (9:45~) ✕お風呂休み	19  ★ぬり絵 (13:30~) ✕お風呂休み	20 ●民謡教室 (練習) (13:30~)	21 ●いきいき 健康体操 (13:30~)	29 ★スカットボール (練習試合) (13:30~)	30 	★は先着順講座 ●は登録制講座 ♥事前申込み講座
25 ★休館日	26 ★健康増進・ 体力アップ体操 (10:00~) ✕お風呂休み	27 ●民謡教室 (練習) (13:30~)	28 			

《健康教育》
 【日 時】 6/1(木) 13:30~ 今月のテーマは「高血圧予防について」です☆
 【場 所】 和室大
 【募集人数】 20名

《スマホ相談会》
 【日 時】 6/14(水) 13:00~ スマホの使いかた、操作方法で困っている方！
 【場 所】 和室大 悩みを解決する機会に
 【募集人数】 先着10名 ぜひご参加ください！
 【募集期間】 6月1日(木)~6月7日(水)

★《先着順講座》自由参加可能な講座です。※定員になり次第メロ切となります。

講座名称	日にち	時間	場所	人数	講師
健康教育(高血圧予防について)	1日(木)	13:30~	和室大	20名	城東保健相談所・保健師
【新規】輪踊り	5日(月)	10:00~	和室大	30名	
脳トレ	5日(月)	13:30~	和室大	30名	
シニアの椅子ヨガストレッチ	6日(火)	13:30~	和室大	16名	浦 智子先生
さわやかクラブ・転倒予防体操	8日(木)	10:00~	和室大	16名	山崎 律子先生
【新規】人生・生き活き講座	12日(月)	13:30~	和室大	20名	長寿サポートセンター職員
のびのびクラブ・太極拳	15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	15日(木)	13:30~	和室大	20名	北原 千壽子先生
民謡教室	16日(金)	13:30~	和室大	20名	福田 成久(三浦為七郎)先生
ぬり絵	19日(月)	13:30~	和室大	30名	
さわやかクラブ・口腔ケア	22日(木)	13:30~	和室大	20名	金田 恵美子先生
大島名画座	23日(金)	13:30~	和室大	20名	
KOTO活き粋体操	24日(土)	10:00~	和室大	16名	
健康増進・体力アップ体操	26日(月)	10:00~	和室大	16名	樋口 美幸先生
スカットボール(練習試合)	29日(木)	13:30~	和室大	20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
さわやかクラブ・歌唱指導	2日(金)	10:00~	和室大	募集中	岩淵 みわ先生
お茶クラブ	3日(土)・17日(土)	10:00~	和室小	募集中	
卓球クラブ	4日(日)・18日(日)	9:50~	5F大島第2児童館	24名抽選済	
大島俳句会	4日(日)	9:30~	和室大	募集中	土屋 天心先生
民謡教室	8日(木) 繰:20日(火)・27日(火)	13:30~	和室大	募集中	長野 敦子先生
のびのびクラブ・健康体操	1日(木)	10:00~	和室大	21名抽選済	森山 由起子先生
いきいき健康体操	21日(水)	13:30~	和室大	25名抽選済	森山 由起子先生
さわやかクラブ・介護予防体操	23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》参加するために事前申込みが必要な講座です。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
スマホ相談会	14日(水)	13:00~	和室大	10名	東京都主催事業者

☆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。

NEW

「人生・生き活き講座」について

【日 時】 6月12日(月)
13:30~

【場 所】 和室大

【募集人数】 20名

【講 師】

大島西長寿サポートセンター所長
森野 円先生



昨年度までの終活講座「気になるくらしの目安箱」に代わる講座です。
皆さんの「今」と「これから」の人生を生き活きとした、より自分らしい生き
方をみつけられる、そのヒントを得ることのできる講座として開講します。

年間を通して、終活を含め、暮らしに役立ち、幸せに元気に生きるため
のテーマを展開する予定です。

第1回テーマ

介護保険入門

～ 必要な時に活用するために ～

大島俳句会

令和五年五月七日
兼題 「五月・当季雑詠」
主宰 土屋 天心

嵩(かさ)をあげ濁る五月の河川かな 主 宰 詠
 茅花(か)つむ童女のにぎり拳かな
 大輪に盛る廃舎のさつき哉
 五月 闇木漏日の奥 尚 暗 入 男
 マスコ取れ我顔しかと 夏 柏 木 光 子
 休 場 や 最 風 力 士 の 五 月 場 所
 じ ゃ ん け ん や 残 り ひ と つ の 柏 餅
 場 外 へ 感 声 戻 る 五 月 子 富 美 子
 オ フ イ ス 街 道 閑 散 と 子 供 の 日
 風 薫 る 放 牧 の 馬 嬉 嬉 と し の 水
 五 月 来 る 生 き て う ご め く 堰 の 仁
 ド ラ イ ブ の 池 一 面 に 五 月 藤 の 花
 学 食 の ラ ン チ 選 ぶ や 高 橋 の 歩 里
 コ ロ ナ 禍 の 終 (つ い) の 勤 行 聖 五 月
 春 昼 や ベ イ ビ ー の 祖 母 は 舟 を こ ぐ
 五 月 風 と に も か く 店 旅 支 陽 度
 朝 市 の 漁 協 売 に も 初 支 度
 甘 や か に 光 散 ら ず や 岩 下 い づ み
 三 つ 編 み の パ ド ッ ク は や る ダ ー ビー 小 林 三 馬
 武 蔵 野 の そ ぞ ろ 歩 き ば や 五 月 葉 月 三 明
 親 を 追 っ 駒 の 鼓 弾 の や 五 月 百 合 野 修 博
 勇 み 肌 祭 太 鼓 の 暴 れ ば 晴 ち れ

* 句会に参加する方を募っています
 一緒に俳句を楽しむしましょう
 次回 令和五年六月四日
 兼題 「あじさい・当季雑詠」