

5月 大島福祉社会館のお知らせ



KOTO City in TOKYO
スポーツと人間が思いまち 江東区

2024(R6)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 菖蒲湯	2 菖蒲湯	3 ★休館日 憲法記念日	4 ★休館日 みどりの日
《春のウォーキング申込期間4月25日(木)～5月16日(木)迄》						
5 ●卓球クラブ (9:50～) ●大島俳句会 (10:00～) ✖お風呂休み	6 ★休館日 振替休日	7 ★ シニアの椅子 ヨガストレッチ (13:30～)	8	★9 さわやかクラブ 転倒予防体操 (10:00～) ●民謡教室 (13:30～)	10	●11 お茶クラブ (練習) (10:00～)
《春のウォーキング申込期間4月25日(木)～5月16日(木)迄》						
12 ★休館日	13 ★脳トレ (13:30～) ✖お風呂休み	14 ★フラダンス教室 (10:00～)	15 ●いきいき 健康体操 (13:30～)	16 ●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～)	17 ★民謡教室 (13:30～)	18 ●お茶クラブ (10:00～)
《春のウォーキング申込期間4月25日(木)～5月16日(木)迄》						
19 ●卓球クラブ (9:50～) ✖お風呂休み	20 ★輪踊り (10:00～) ★ぬり絵 (13:30～) ✖お風呂休み	21 ●民謡教室 (練習) (13:30～)	22 ★健康教育 お口の健康 (13:30～)	23 ●のびのびクラブ 健康体操 (10:00～)	24 ●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～)	25 ★KOTO 活き粋体操 (10:00～)
26 ★休館日	27 ★健康増進・ 体力アップ体操 (10:00～) ✖お風呂休み	28 ●民謡教室 (練習) (13:30～)	29 ♥春のウォーキング (9:00～) 	30	31 ★e-スポーツ ボーリング (13:30～) 	

NEW 《フラダンス教室》

《日 時》 5月14日(火) 10:00～
《場 所》 和室大
《募集人数》 当日先着20名
《講 師》 内田 宗子(うちだ のりこ)先生
令和6年度新規講座です
皆でフラガールになりましょう！



《さわやかクラブ・レクリエーション》

《日 時》 5月24日(金) 13:30～
《場 所》 和室大
《募集人数》 当日先着25名
《講 師》 伊藤 成先生
季節の歌、懐かしい歌を皆さんで歌いましょう。
簡単な脳トレゲームも行います



★《先着順講座》自由参加可能な講座です。※定員になり次第第1切となります。

講座名称	日にち	時間	場所	人数	講師
シニアの椅子ヨガストレッチ	7日(火)	13:30～	和室大	25名	浦 智子先生
さわやかクラブ・転倒予防体操	9日(木)	10:00～	和室大	25名	上野 幸先生
脳トレ	13日(月)	13:30～	和室大	30名	
フラダンス教室	14日(火)	10:00～	和室大	20名	内田 宗子先生
さわやかクラブ・介護予防指導	16日(木)	13:30～	和室大	25名	北原 千壽子先生
民謡教室	17日(金)	13:30～	和室大	25名	石田 郁雄先生
輪踊り	20日(月)	10:00～	6階サブプレホール	40名	
ぬり絵	20日(月)	13:30～	和室大	30名	
健康教育・お口の健康と病気	22日(水)	13:30～	和室大	25名	城東保健相談所歯科衛生士
さわやかクラブ・レクリエーション	24日(金)	13:30～	和室大	25名	伊藤 成先生
KOTO活き粋体操	25日(土)	10:00～	和室大	20名	
健康増進・体力アップ体操	27日(月)	10:00～	和室大	20名	樋口 美幸先生
e-スポーツ・ボーリング	31日(金)	13:30～	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
卓球クラブ	5日(日)・19日(日)	9:50～	5F大島第2児童館	24名抽選済	
大島俳句会	5日(日)	10:00～	和室大	定員第1切	今野 龍二先生
お茶クラブ	11日(土)・18日(土)	10:00～	和室小	募集中	
民謡教室	9日(木) 繰:21日(火)・28日(火)	13:30～	和室大	募集中	長野 敦子先生
のびのびクラブ・太極拳	16日(木)	10:00～	和室大	16名抽選済	藤崎 優先生
いきいき健康体操	15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	23日(木)	10:00～	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	24日(金)	10:00～	6Fサブプレホール	25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
大島春のガイド付きウォーキング	29日(水)	9:00～	富岡八幡宮等	20名	館職員・ボランティアガイド

☆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6年度 大島春のウォーキングガイド付きご利益ツアー》

【日時】5月29日(水) 9:00～12:30(予定) ※大雨、荒天の場合は中止

【行き先】深川門仲ご利益ツアー(富岡八幡宮)

【募集人数】先着20名

※定員になり次第第1切となります。

【集合場所】和室大

【申込み期間】

4月25日(木)～5月16日(木)

【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・切符:220円(往復440円)

次回の句会 令和六年五月五日
兼題『蛙・子供の日全般・当季雑詠』

忍地 戯蝶 傘士 初被 鴨土 ノカ な雨 春雨 ふ担 現待生
び下 れ舞 濡筆 名災 川筆 アン ゼさ の上 ん任 ち来
逢足 にし すぼ 刺地 のん ンウ ざり の陽 わは 世の
ひ袋 の せ 肩の 老ぼ アル が や り は の 淋
日 避 の 陽の 舗う で の 山 け と 男 の 夢
に け し め 遠の 土ま の 車 け と 前 つ し
ち 通 し 射 荷き の 手 づ 出 と ビ の が
間 通 し 下 安 旅の 乾 三 び の の し
違 通 し ろ 住 館の 杯 本 の の り
へ 通 し すす 真 向 杯 本 の の 残
四 通 し 四く 岩砂 は 屋 四 高 平 林 の 陣
月 通 し 月し 下 女 隅代 月 橋 沈 の ち
馬 通 し 昌 出 三 生 づ の 田 陽 ば 歩 遇 常 限 富 美 丁 光 柏 朝 主
鹿 通 し 孝 雨 明 な ふ み 忌 川 子 かに 里 節 え 代 目 ぼ 子 花 玉 子 桜 幸

大島俳句会
兼題 令和六年四月七日
主 今野 龍二先生
『四月・つくし・当季雑詠』