

11月 大島福祉社会館のお知らせ



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

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
★ は先着順講座 ● は登録制講座 ♥ 事前申込み講座					1 ● さわやかクラブ 歌唱指導 (10:00～)	2 ● お茶クラブ (練習) (10:00～)
3 ★ 休館日 文化の日	4 ★ 休館日 振替休日	5 ★ シニアの椅子 ヨガストレッチ (13:30～)	6	7 ● のびのびクラブ 健康体操 (10:00～)	8	9
10 怒々 フェスティバル ★ 休館日	11 ★ 輪踊り (10:00～) ★ 脳トレ (13:30～) ✕ お風呂休み	12 ★ フラダンス教室 (10:00～) ★ 社会福祉協議会 出前講座 (13:30～)	13 大会 ★ e-スポーツ ・ボーリング (13:30～)	14 ★ さわやかクラブ 転倒予防体操 (10:00～) ● 民謡教室 (13:30～)	15 ★ 民謡教室 (13:30～)	16 ● お茶クラブ (10:00～)
17 ● 卓球クラブ (9:50～) ● 大島俳句会 (10:00～) 18時 閉館 ✕ お風呂休み	18 ● スマイル リフレッシュ体操 (10:00～) ★ めり絵 (13:30～) ✕ お風呂休み	19 ● 民謡教室 (練習) (13:30～)	20 ● いきいき 健康体操 (13:30～)	21 ● 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～)	22 ● 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～)	23 ★ 休館日 勤労感謝の日
24 ★ 休館日	25 ★ 健康増進 体力アップ体操 (10:00～) ✕ お風呂休み	26 ● 民謡教室 (練習) (13:30～)	27	28	29 BOCCIA ★ ボッチャ (練習) (13:30～)	30 ★ KOTO 活き粋体操 (10:00～)

《 社会福祉協議会出前講座 》

～ 事例から見えてくる孤立しない

させない地域づくり ～

《日 時》11月12日(火) 13:30～

《場 所》和室大 《定 員》先着25名

実際に行われている地域の見守り活動の紹介。

事例をもとに、自分ができる支え合い・助け合いを考えます。



《 さわやかクラブ レクリエーション 》

《日 時》11月22日(金) 13:30～

《場 所》和室大 《講 師》伊藤 成先生

《定 員》先着25名



“歌”を唄ったり、“脳トレ”要素のあるゲームで楽しみ
自立神経を整えながら自発制・創造制などを刺激しましょう。

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	5日(火)	13:30~	和室大	25名	浦 智子先生
輪踊り	11日(月)	10:00~	6F第2研修室	40名	
脳トレ	11日(月)	13:30~	和室大	30名	
フラダンス教室	12日(火)	10:00~	和室大	20名	内田 宗子先生
社会福祉協議会 出前講座	12日(火)	13:30~	和室大	25名	社協・地域福祉推進課
e-スポーツ・ボーリング大会	13日(水)	13:30~	和室大	20名	
さわやかクラブ・転倒予防体操	14日(木)	10:00~	和室大	25名	上野 幸先生
民謡教室	15日(金)	13:30~	和室大	25名	石田 郁雄先生
ぬり絵	18日(月)	13:30~	和室大	30名	
さわやかクラブ・介護予防指導	21日(木)	13:30~	和室大	25名	北原 千嘉子先生
さわやかクラブ・レクリエーション	22日(金)	13:30~	和室大	25名	伊藤 成先生
健康増進・体力アップ体操	25日(月)	10:00~	和室大	20名	樋口 美幸先生
ボッチャ(練習)	29日(金)	13:30~	和室大	20名	
KOTO活き粋体操	30日(土)	10:00~	和室大	20名	

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	1日(金)	10:00～	和室大	25名抽選済	岩渕 みわ先生
お茶クラブ	2日(土)練・16日(土)	10:00～	和室小	募集中	
民謡教室	14日(木) 練習日:19日・26日(火)	13:30～	和室大	募集中	長野 敦子先生
大島俳句会	17日(日)	10:00～	和室大	定員〆切	今野 龍二先生
卓球クラブ	17日(日)	9:50～	5F大島第2児童館	24名抽選済	
スマイル・リフレッシュ体操	18日(月)	10:00～	2Fレクホール	募集中	内山 雄治先生
のびのびクラブ・太極拳	21日(木)	10:00～	和室大	16名抽選済	藤崎 優先生
のびのびクラブ・健康体操	7日(木)	10:00～	和室大	25名抽選済	森山 由紀子先生
いきいき健康体操	20日(水)	13:30～	和室大	25名抽選済	森山 由紀子先生
さわやかクラブ・介護予防体操	22日(金)	10:00～	6Fサブレクホール	25名抽選済	森山 由紀子先生

- 講座

大島俳句会
兼題 令和六年十月六日
『月・秋風・当季雑詠』
主宰 今野 龍二 先生