

1月 大島福祉会館のお知らせ



KOTO City in TOKYO
スポーツと人情が輝くまち 江東区

2025(R7)年

〒136-0072

ホームページアドレス

運営：株式会社 明日葉

江東区大島4-5-1江東区総合区民センター3階

<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	謹賀新年 皆様のご健康とご多幸 をお祈り申し上げます。 大島福祉会館 職員一同		1 ★ 休館日	2 ★ 休館日	3 ★ 休館日	4 ● お茶クラブ (練習) (10:00～) 🔥 にごり湯
5 ● 卓球クラブ (9:50～) ● 大島俳句会 (10:00～) 18時 閉館 ✖ お風呂休み	6 ★ 輪踊り (10:00～) ★ 脳トレ (13:30～) ✖ お風呂休み	7 ★ シニアの椅子 ヨガストレッチ (13:30～)	8	9 ● 民踊教室 (13:30～)	10	11 ● お茶クラブ (練習) (10:00～)
12 ★ 休館日	13 ★ 休館日 成人の日	14 ★ フラダンス教室 (10:00～)	15 ● いきいき 健康体操 (13:30～)	16 出演者 募集締切 ♡ 新春演芸大会 (13:00～) ✖ お風呂休み	17	18 ♡ 新春お茶会 第1席(10:00～) 第2席(10:30～) 第3席(11:00～) 募集締切
19 ● 卓球クラブ (9:50～) 18時 閉館 ✖ お風呂休み	20 ● スマイル リフレッシュ体操 (10:00～) ★ ぬり絵 (13:30～) ✖ お風呂休み	21 ● 民踊教室 (練習) (13:30～)	22 ★ 輪投げ (練習) (13:30～)	23 健康体操で噛む力 飲み込む力を向上! ★ さわやかクラブ 口腔ケア (13:30～)	24 ● さわやかクラブ 介護予防体操 (10:00～)	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 ♡ 大島 クッキング (9:30～) ● 民踊教室 (練習) (13:30～)	29	30 ♡ InBody 体組成測定会 (13:30～)	31 ★ e-スポーツ ・ボーリング(練習) (13:30～)	

《 健康増進 体力アップ体操 》

《日 時》1月27日(月) 10:00～

《定 員》当日先着20名 《場 所》和室大

《講 師》樋口 美幸先生(理学療法士)

《テーマ》【認知症の理解】

・分かり難い認知症によって起きてくる様々な症状の理解
・認知症予防のための自分で取り組める運動療法 など



《 第3回大島クッキング 》



《日 時》1月28日(火) 9:30～13:30

《定 員》15名 *定員になり次第〆切

《費 用》500円 *申込時にご用意下さい

《募集期間》～1月16日(木)



- クラムチャウダー&カリフラワーDEグラタン
- 鰯と野菜のせいろ蒸
- ガトーきなこ
- アサリと鰯のアクアパッツァ風スープ



★《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
輪踊り	6日(月)	10:00~	6F第2研修室	40名	
脳トレ	6日(月)	13:30~	和室大	30名	
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
フラダンス教室	14日(火)	10:00~	和室大	20名	内田 宗子先生
ぬり絵	20日(月)	13:30~	和室大	30名	
輪投げ(練習)	22日(水)	13:30~	和室大	20名	
さわやかクラブ・口腔ケア	23日(木)	13:30~	和室大	25名	金田 恵美子先生
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(練習)	31日(金)	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
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	
お茶クラブ	練習:4日・11日(土)	10:00~	和室小	定員〆切	
大島俳句会	5日(日)	10:00~	和室大	定員〆切	今野 龍二先生
民謡教室	9日(木) 練習日:21日・28日(火)	13:30~	和室大	募集中	長野 敦子先生
いきいき健康体操	15日(水)	13:30~	和室大	25名抽選済	森山 由紀子先生
スマイル・リフレッシュ体操	20日(月)	10:00~	2Fレクホール	募集中	内山 雄治先生
さわやかクラブ・介護予防体操	24日(金)	10:00~	6Fサブレクホール	25名抽選済	森山 由紀子先生

♥《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
新春演芸大会(出演者)	16日(木)	13:00~	和室大	募集締切	
新春お茶会	18日(土)	10:00~10:30~11:00~	和室大	募集締切	
大島クッキング	28日(火)	9:30~	7階調理室・第3研修室	15名	葉隠勇進 株式会社
とまと薬局 体組成測定会	30日(木)	13:30~	和室大	12名	株式会社 フォーラル

- ☆ 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。
- ☆ 講座に参加される時は、開始5分前にはご来館ください。
- 登録している講座を遅刻・欠席される場合は、必ず事前にご連絡ください。ご連絡がない場合は、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。

講座

《新春演芸大会》

《日時》1月16日(木) 13:00~
《場所》大島福祉会館 和室大 《定員》当日先着30名(観覧者)
18組の方が日頃の成果を披露してください。全員での歌や輪踊りの企画もあります。

《新春お茶会》

茶

募集締切

《日時》1月18日(土)
第1席:10:00~ 第2席:10:30~ 第3席:11:00~
《場所》大島福祉会館 和室大

【お茶クラブ】の皆様が
お茶を点ててください、
新年に相応しいひと時に!

《節分の集い》

《日時》2月1日(土) 13:30~

募集

年男年女の方々【巳年】

1月30日(木)までに事務所までお声掛けください!!

《InBody 体組成測定会》

《日時》1月30日(木) 13:30~
《場所》大島福祉会館 和室大 《募集期間》~1月15日(水)
《定員》12名 *定員になり次第〆切
1部:13:30~ 2部:14:00~
3部:14:30~ 4部:15:00~

お風呂

火曜~土曜日

注意

1月16日(木)は新春演芸大会の為、お風呂はお休みとなります。

11:00 ~ 15:00 (金曜日は11:00 ~ 14:00)にご利用いただけます。

* 日曜日・祝日・月曜日はお休みです。* 石鹸・ボディソープやシャンプー・リンス、タオルはお持ちください。

次回
次回の句会
兼題『初夢・初詣・当季雑詠』
令和七年一月五日

ホ大 家沢 茜大 冬ふ ゆ冬 数陳 音夕 影冬 大注 冬捨 身大
テ根 計庵 さ根 のろ る来 へ間 程暮 富麗 根連 うて 構根
ルよ 簿の すの ふきの るや 日な のに のや 麗や 堀飾 らられ えて 干し
街お 重 白 い 雨貼 のか 絶 癖 病 軍 古 ぬ お 我
青主 赤 味 つ 大 かに え 等 後 手 本 家
年の 小 増 も 根 白 え 圧 ま せ 色
団白 締ぶ 脇 紙 黒 し と 線 け 本 素
のを めり 煮 紙 手 ところ へ に見 通
火少 百 高 雑 につ 紙の 大 ゆる 早
のし 合 月 役 け 紙の 根 早 師
用吳 野 寒 我 が ず 小 平 走
心れ 修 起 身 小 林 林 富 子
博な 枝や な 泉 三 美 子

大島俳句会
兼題 『大根・師走』
主宰 今野 龍二 先生
令和六年十二月一日