

6月

大島福祉会館のお知らせ

KOTO City in TOKYO
スポーツと人間が熱いまち 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
1 ●将棋例会 (9:45~) ●卓球クラブ (9:50~) ●大島俳句会 (10:00~) 18時 閉館 ※お風呂休み	2 ★ 輪踊り (10:00~) ★ 脳トレ (13:30~) ※お風呂休み	3 フレイル予防 ★人生 ・生き生き講座 (13:30~)	4 ●民踊教室 (練習) (10:00~)	5 ●のびのびクラブ 健康体操 (10:00~) ★ さわやかクラブ 介護予防指導 (13:30~)	6 ●さわやかクラブ 歌唱指導 (10:00~)	7 ●お茶クラブ (練習) (10:00~)
8 休館日	9 ※お風呂休み	10 ★フラダンス教室 (10:00~)	11 BOCCIA ★ ボッチャ 大会 (13:30~)	12 ★ さわやかクラブ 転倒予防体操 (10:00~) ●民踊教室 (13:30~)	13 ★シニアの椅子 ヨガストレッチ (13:30~)	14
15 ●卓球クラブ (9:50~) 18時 閉館 ※お風呂休み	16 ●スマイル リフレッシュ体操 (10:00~) ★ めり絵 (13:30~) ※お風呂休み	17 ●民踊教室 (練習) (13:30~)	18 ●いきいき 健康体操 (10:00~)	19 ●のびのびクラブ 太極拳 (10:00~) 血管・自律・骨 ♥健康測定 (13:30~)	20 三味線に合わせて 皆さんで 歌いましょう! ★民謡教室 (13:30~)	21 ●お茶クラブ (10:00~)
22 休館日	23 ★健康増進 体力アップ体操 (10:00~) ★e-スポーツ・ ボーリング(練習) (13:30~) ※お風呂休み	24 ●民踊教室 (練習) (13:30~)	25	26	27 ●さわやかクラブ 介護予防体操 (10:00~) 人生会議 ♥長寿 サポートセンター講話 (13:30~)	28 ★KOTO 活き粋体操 (10:00~) Chopstik rest ♥手工芸教室 (13:30~)

《 高齢者の猛暑一時休憩所について 》

6月1日(日)から9月30日(火)まで

【高齢者の猛暑一時休憩所】

として指定されています。

熱中症対策としてご利用ください。



《 人生・生き生き講座 》

フレイル予防

《日時》6月3日(火) 13:30~

《場所》和室(大)

《講師》樋口 美幸 (理学療法士)

《定員》当日先着25名

※定員になり次第〆切



《 長寿サポートセンター講話 》

“人生トランプ”
を使って自分の
希望考えましょう

《日時》6月27日(金) 13:30~

《場所》和室(大) 《定員》16名

《申込期間》5月24日(土)~6月19日(木)

※事前申込 ※定員になり次第〆切



★《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	2日(月)	10:00~11:40	6F第2研修室	40名	
脳トレ	2日(月)	13:30~15:00	和室大	30名	
人生・生き活き講座	3日(火)	13:30~15:00	和室大	25名	樋口 美幸先生
さわやかクラブ・介護予防指導	5日(木)	13:30~15:00	和室大	25名	北原 千嘉子先生
フラダンス教室	10日(火)	10:00~11:30	和室大	20名	内田 宗子先生
ポッチャ(大会)	11日(水)	13:30~14:30	和室大	20名	
さわやかクラブ・転倒予防体操	12日(木)	10:00~11:30	和室大	25名	上野 幸先生
シニアの椅子ヨガストレッチ	13日(金)	13:30~15:00	6Fサブプレホール	30名	浦 智子先生
ぬり絵	16日(月)	13:30~15:00	和室大	30名	
民謡教室	20日(金)	13:30~15:00	和室大	25名	石田 郁雄先生
健康増進・体力アップ体操	23日(月)	10:00~11:30	和室大	25名	樋口 美幸先生
e-スポーツ・ボーリング(練習)	23日(月)	13:30~14:30	和室大	20名	
KOTO活き粋体操	28日(月)	10:00~10:30	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	1日(日)・15日(日)	9:50~11:40	5F大島第2児童館	24名抽選済	
大島俳句会	1日(日)	10:00~12:00	和室小	12名募集中	今野 龍二先生
民謡教室	12日(木) 練習日:4日(水)10時~17日(火)・24日(火)	10:00~11:30/ 13:30~15:00	和室大	10名抽選済	長野 敦子先生
さわやかクラブ・歌唱指導	6日(金)	10:00~11:30	和室大	25名抽選済	岩淵 みわ先生
お茶クラブ	練習: 7日(土)/ 21日(土)	10:00~11:30	和室小	8名抽選済	
スマイル・リフレッシュ体操	16日(月)	10:00~11:30	2Fレクホール	45名抽選済	内山 雄治先生
のびのびクラブ・太極拳	19日(木)	10:00~11:30	和室大	16名抽選済	藤崎 優先生
のびのびクラブ・健康体操	5日(木)	10:00~11:30	和室大	25名抽選済	森山 由紀子先生
いきいき・健康体操	18日(水)	10:00~11:30	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	27日(金)	10:00~11:30	6Fサブプレホール	30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込みください。

講座名称	日にち	時間	場所	人数	講師
明治安田[健康測定]	19日(木)	13:30~15:30	和室大	40名	明治安田生命保険相互会社
長寿サポートセンター講話	27日(金)	13:30~15:00	和室大	16名	大島西長寿サポートセンター
手工芸教室[Chopstik rest(箸置き)]	28日(土)	13:30~15:00	和室大	14名	中村 菜央先生

☆ 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できます。☆ 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

《明治安田 ～健康測定～》

《日時》6月19日(木) 13:30～

《場所》和室(大) ***4班制(各班10名)**

《講師》明治安田生命保険相互会社

《定員》事前申込 40名 *定員になり次第〆切となります。

1班13:30～ 2班14:00～

3班14:45～ 4班15:15～

血管年齢

骨 自律神経

《手工芸教室～Chopstick rest(箸置き)～》

《日時》6月28日(土) 13:30～ ***2部制**

1部:13:30～ **7名** 2部:14:15～ **7名**

《場所》和室(大) 《講師》中村 菜央

《定員》事前申込 14名(各7名)

《申込期間》5月24日(土)～6月14日(土)

* 応募多数の場合は、6月17日(火)11時から公開抽選

* 結果は、6月18日(水)館内掲示、ホームページ掲載



お風呂 ♪

火曜～土曜日



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
兼題「蛭・当季雑詠」
の句会
令和七年六月一日

* 句会に参加する方を募っています
一緒に俳句を楽しみましょう

落人の平家高々鯉のぼり
ジャスマンや恋が私を変えたのより

留学を秘して計画大放出餅出
豆ごはん我家の微畜高月由起枝

咲き誇る雨に重たき八重い桜路
菖蒲園色取りどりの迷い

叩き出す仲睦まじき蠅二匹さ
ねじばなの螺旋の恋のもどかし

三万フィート尖る世界の動く夏
炎帝にめがけバットの甲高し

子供神輿レクサスとめて過ぎにけり
夏めぐや土器のかからの縄模様

笛薫る夢のむこうの高層階
や大地押し上げのびのびと

豆御飯まめすみつこに午後三時
鈴の音もねむたげな集める子

青嶺ゆく高山の狭間に五月富か
伊豆の旅高嶺の花の香ほの

人妻の午後は憂鬱柿若葉識
夏みかん涙もろくて

兼題
高・当季雑詠
今野 龍二 先生

大島俳句会
令和七年五月十八日