

9月

大島福祉会館のお知らせ

KOTO City in TOKYO
スポーツと人間が輝くまち 江東区

2026(R8)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
★当日 先着順講座 ●登録制 講座 ♥事前申込み 講座		1 ★ととのえ 健康体操 (13:30～)	2 ●民踊教室 (練習) (10:00～) ★とまと薬局 出前講座 (13:30～)	3 ●のびのびクラブ 健康体操 (10:00～)	4 ●さわやかクラブ 歌唱指導 (10:00～) ★大島防災訓練 (13:20～)	5 ●お茶クラブ (練習) (10:00～) ★ボッチャ (練習) (13:30～)
6 ●卓球クラブ (9:50～) ●大島俳句会 (10:00～) 18時閉館 ✕お風呂休み	7 ★輪踊り (10:00～) ★脳トレ (13:30～) ✕お風呂休み	8 ★フラダンス教室 (10:00～) ★e-スポーツ バドミントン(練習) (13:30～)	9	10 ★さわやかクラブ 転倒予防体操 (10:00～) ●民踊教室 (13:30～)	11 ★シニアの椅子 ヨガストレッチ (13:30～)	12 大島第2児童館 児童の皆さんと ♥ふれあいの 集い (13:30～)
13 ★休館日	14 ♥明治安田 【測定会】 (13:30～) ✕お風呂休み	15 ●民踊教室 (練習) (13:30～)	16 ●いきいき 健康体操 (10:00)	17 ●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～)	18	19 ●お茶クラブ (10:00～)
20 ●卓球クラブ (9:50～) 18時閉館 ✕お風呂休み	21 バイオリン演歌 13:30～ 祝湯 18時閉館	22 ★休館日	23 ★休館日	24 ★シニアの椅子 ヨガストレッチ・中 (10:30～)	25 ★e-スポーツ ボーリング(大会) (13:30～)	26 ★KOTO 生き粋体操 (10:00～)
27 ★休館日	28 ★健康増進 体力アップ体操 (10:00～) ★ぬり絵 (13:30～) ✕お風呂休み	29 ●民踊教室 (練習) (13:30～)	30 ★e-スポーツ 太鼓ゲーム de 脳トレ (13:30～)	《高齢者の猛暑一時休憩所について》 9月30日(水)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。 *天候や警報発令によっては、講座等 の中止・延期になる場合もあります。		

《とまと薬局 出前講座》

お薬講座

～ 高血圧と糖尿病の薬について ～

《日時》9月2日(水) 13:30～

《場所》和室大

《定員》当日先着30名

《講師》永井 勇馬 薬局長(薬剤師)



《大島防災訓練》

《日時》9月4日(金) 13:20～

《場所》和室大 《定員》当日先着30名

* 昨今自然災害が多く発生、今一度防災意識を
高めましょう。防災・避難訓練の実施、
「自然災害」の講話もあります！



★《当日先着順講座》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
ととのえ健康体操	1日(火)	13:30~15:00	和室大	30名	市原 孝 先生
とまと薬局 出前講座	2日(水)	13:30~15:00	和室大	30名	株式会社フォーラル 薬剤師
大島防災訓練	4日(金)	13:20~15:00	和室大	30名	山崎 正雄 先生
ボッチャ(練習)	5日(土)	13:30~15:00	和室大	20名	
輪踊り	7日(月)	10:00~11:40	6F第2研修室	40名	
脳トレ	7日(月)	13:30~15:00	和室大	30名	
フラダンス教室	8日(火)	10:00~11:30	和室大	20名	内田 宗子 先生
e-スポーツ バドミントン(練習)	8日(火)	13:30~15:00	和室大	20名	
さわやかクラブ・転倒予防体操	10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	11日(金)	13:30~14:30	6Fサブプレホール	35名	浦 智子 先生
さわやかクラブ・介護予防指導	17日(木)	13:30~15:00	和室大	25名	北原 千壽子 先生
敬老の日の集い[バイオリン演歌]	21日(月)	13:30~15:00	和室大	35名	神川 仁 氏
シニアの椅子ヨガストレッチ・中	24日(木)	10:30~11:30	和室大	30名	浦 智子 先生
e-スポーツ ボーリング(大会)	25日(金)	13:30~15:00	和室大	20名	
KOTO活き粋体操	26日(土)	10:00~10:30	和室大	20名	
健康増進・体力アップ体操	28日(月)	10:00~11:30	和室大	30名	樋口 美幸 先生
ぬり絵	28日(月)	13:30~15:00	和室大	30名	
太鼓ゲームde脳トレ	30日(水)	13:30~15:00	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
民謡教室	10(木) 練習日: 2(水)・15(火)・29(火)	10:00~11:30/13:30~15:00	和室大	10名募集中	長野 敦子 先生
さわやかクラブ・歌唱指導	4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: 5日(土)/19日(土)	10:00~11:30	和室小	10名抽選済	
卓球クラブ	6日(日)・20日(日)	9:50~11:40	5F大島第2児童館	24名抽選済	
大島俳句会	6日(日)	10:00~12:00	和室大	12名抽選済	今野 龍二 先生
のびのびクラブ・太極拳	17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	3日(木)	10:00~11:30	和室大	25名抽選済	森山 由起子 先生
いきいき・健康体操	16日(水)	10:00~11:30	和室大	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。必ずご本人がお申込みください。

講座名称	日にち	時間	場所	人数	講師
ふれあいの集い[マリンドーム]	12日(土)	13:30~15:00	和室大	10名	
明治安田[健康測定]	14日(月)	13:30~16:00	和室大	40名	明治安田生命保険相互会社

- ☆ 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、必ず事前にご連絡下さい。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

《ふれあいの集い》

マリンドーム

大島第2児童館の児童の皆さんと一緒に工作をします

《日時》9月12日(土)
13:30~

《場所》和室大

《定員》事前申込 10名

《申込期間》

8月25日(火)~9月4日(金)

- * 応募多数の場合は、9月5日(土)11時から公開抽選
- * 結果は、9月7日(月)館内掲示、ホームページ掲載

《明治安田 ~健康測定~》

[自律神経] [血管年齢]
[骨ウェーブ] [AGEs]
[血圧・心電図]

《日時》9月14日(月) 13:30~
1班13:30~ 2班14:00~
3班14:45~ 4班15:15~

《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

《申込期間》8月25日(火)~

* 定員になり次第〆切となります (電話申込可)

《敬老の日の集い》

バイオリン演歌 (演奏)

《日時》9月21日(月) 13:30~

《場所》和室大

《演奏者》神川 仁 氏

KOTO 街かどアーティスト

《定員》当日先着 35名

- * 詳細については、お問合せ、又は大島福祉会館 掲示の“ポスター・チラシ”でご確認ください

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。
- * [イベント湯] や 状況による混雑時には ご入浴出来ない場合もあります。ご了承ください。