

7月号ふれあいの郷

令和6年7月1日発行
発行・指定管理者：労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団

静岡市清水区八坂町2110-2
電話054-364-8902
FAX054-388-9721

静岡市清水北部交流センター



11 館林-MA -ジ 共通URL www.fukushi-center.org

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	休館日	でん伝体操①②③	でん伝体操①② ピラティス	中級パソコン	きよみん講座 音楽のひろば	ラジオ体操
7 午前	8	9	10	11	12	13
ラジオ体操 「中村哲」 上映会	休館日	でん伝体操①②③ 初級パソコン らくらく体操	でん伝体操①② 体組成測定 生活・健康 相談日 栄養相談会	キラキラ講座	リズム体操 骨盤力 アップ教室	ラジオ体操 子ども食堂
14 午前	15	16	17	18	19	20 午前
ラジオ体操 「中村哲」 上映会	休館日	休館日	でん伝体操①②	中級パソコン		ラジオ体操
21	22	23	24	25	26	27
休館日		でん伝体操①②③ 初級パソコン らくらく体操	でん伝体操①②		リズム体操	ラジオ体操 くすの木
28 午前	29	30	31			
ラジオ体操 ふれあいの郷 上映会	休館日	でん伝体操①②③	でん伝体操①②			

生活・健康面の悩みや困りごとなど何でも随時受付けています。
遠慮なくご相談ください。

上記カレンダーは教室・講座を掲載しています。お問い合わせは「ふれあいの郷」にご連絡

『親子で楽しい料理教室』

世代間交流事業

作って 食べよう キーマカレー&スープ

日 時：8/10（土） 9:30～13:00 9時20分までにおいでください。

定 員：親子2名、10組（多数抽選） 材料費：1組（2名）1200円

募 集：7/17（水）～7/24（水）（小学3年生以上）

※6月の料理教室に参加された方の応募はご遠慮ください。

確定日：7/26（金）多数抽選

講 師：高橋 渉さん（元 鈴木学園西洋料理講師）

持ち物：エプロン・三角巾・ふきん（2枚）・マスク・飲み物・小学生は上履き

確認 7/26～7/30までに確認の電話を必ずしてください。

『きよみん講座』

日時：7月5日（金） 10:00～11:30
 定員：25名
 募集：6月13日（木）～6月26日（水）
 確定日：6月28日（金） 多数抽選
 講師：きよみの里 職員
 持ち物：タオル・水分補給・筆記用具

暑い夏の過ごし方

☆普段の生活で気を付けたいこと
 ☆足腰を鍛えて歩くための注意点



『音楽のひろば』歌に合わせて楽しく体を動かしたりしましょう！

日時：7月5日（金） 13:30～15:00
 定員：20名
 募集：6月13日（木）～6月21日（金）
 確定日：6月25日（木） 多数抽選
 講師：岡部五月先生
 持ち物：タオル・水分補給

ちょっとした運動も



『医師 中村哲・映画上映会』

「医師 中村哲の仕事・働くということ」
 上映日：7月7・14日（日） 10時～10時47分

誰も知らないから我々がする

誰も行かぬから我々が行く

アフガニスタンとパキスタンで、病や戦乱
 そして干ばつに苦しむ人々のために35年に
 渡り、活動を続けた医師 中村哲 の仕事

ふれあいの郷上映会

上映作品 『クイール』

上映日：7月28日（日） 10:00～11:40

事務所にお申し込みください

生まれの親【レン】のたつての願いで、盲導犬に
 なるために訓練士・多和田に預けられた一匹の
 ラブラドルの子犬。おなかに鳥が羽を広げたよう
 なブチがあることから、クイールと名付けられた。

『栄養相談会』いつまでも元気に

今あなたの栄養状態は？
 体組成測定結果をみて、栄養士さんが
 適切に助言していただけるほか、栄養相談
 にも対応してさせていただきます。
 日時：7月10日（水） 10:00～12:00
 講師：雪印ビーンスターク（株）
 栄養士

『キラキラ講座』

歯科衛生士による歯のお話

日時：7/11（木） 10:00～11:00
 募集：6月18日（火）～7月2日（火）
 定員：20名
 確定日：7月3日（水） 多数抽選
 持ち物：水分補給・筆記用具
 講師：あすなろの家 職員

骨盤力アップ教室

気になる排泄機能の向上に・・・

・・・正しく知ってしっかりケアを

日時：7月12日（金） 13:30～15:00
 定員：25名
 募集：6月20日（木）～7月4日（木）
 確定日：7月5日（金） 多数抽選
 講師：南部交流センター職員
 持ち物：上靴・水分補給

※7月10日水曜日は体組成測定日です。

みんなで一緒に親子でやろうラジオ体操

7～8月の土日

日時：9:00～9:10
 7月6・7・13・14・20・27・28
 8月3・4・10・17・24・25・31

※第3日曜日は休館です

定員：なし 2階大広間

※親子でラジオ体操をやってみませんか？

※脳トレじゃんけんもやりますよ！

※当日申し込みでも大丈夫です。