

# 羽衣荘だより 11月号

令和5年11月1日発行

No.124

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  
静岡市清水折戸老人福祉センター 羽衣荘  
TEL 054-336-3117 FAX 388-9663  
〒424-0902 静岡市清水区折戸4-8-53  
URL: <http://www.roukyou.gr.jp/ss/orido/roukyou>

| 日  | 曜日 | 大広間                                                                                               |          | 和室       |               | 多目的室     |         | グラウンド         |         |
|----|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------|---------------|----------|---------|---------------|---------|
|    |    | AM                                                                                                | PM       | AM       | PM            | AM       | PM      | AM            | PM      |
| 1  | 水  | ふれあいの会                                                                                            | ※雨天時使用   | 羽衣クラブ    | ふれあいの会        |          |         | シニア°タンク       | モルック体験会 |
| 2  | 木  |  交通安全教室          |          | 切り絵      | 折戸シニア生活・健康相談会 |          | ディスコン   | 交通安全教室        |         |
| 3  | 金  |                                                                                                   |          |          |               |          |         |               |         |
| 4  | 土  |  シニアヨガ           | 輪投げ      | ハーブの会    |               | 太極拳クラブ   |         |               |         |
| 5  | 日  | 琴の会                                                                                               |          |          | ほのぼのの会        |          |         |               |         |
| 6  | 月  |                                                                                                   |          |          |               |          |         |               |         |
| 7  | 火  |  測定会<br>骨盤力アップ   |          | 栄養相談     |               |          | ラダーゲッター | マーガレット        |         |
| 8  | 水  |                                                                                                   |          | 羽衣クラブ    | BB会           | 折戸年金     |         | シニア°タンク       |         |
| 9  | 木  |  測定会<br>ちゃき&わく   |          | 栄養相談     |               |          | ディスコン   | グランマ          |         |
| 10 | 金  | 宮方二区シニアクラブ                                                                                        |          | 駒越シニア    |               | マンカラの日   | スローステップ | ショートボールウォーキング |         |
| 11 | 土  |  いきいき体操         | 折戸シニア女性部 |          | さざんか          |          |         | ポ-ルウォーキング     |         |
| 12 | 日  | 茜会                                                                                                |          |          |               | スカットボール  |         |               |         |
| 13 | 月  |                                                                                                   |          |          |               |          |         |               |         |
| 14 | 火  |  ハミング          | ※雨天時使用   |          | 白波会           |          |         |               | パタンク体験会 |
| 15 | 水  | ふれあいの会                                                                                            | ※雨天時使用   | 囲碁の日     | ふれあいの会        | ミュージックベル | 美保体操クラブ | シニア°タンク       | モルック体験会 |
| 16 | 木  |  ニチレクボールクラブ    |          | おしゃべりサロン | ひばり会          | 切り絵      | 初心者切り絵  |               |         |
| 17 | 金  |                                                                                                   |          |          | カトレヤ          | 彩の会      | 年金A     |               |         |
| 18 | 土  |  シニアヨガ         | 輪投げ      |          | 桜会            | 太極拳クラブ   |         |               |         |
| 19 | 日  |                                                                                                   |          |          |               |          |         |               |         |
| 20 | 月  | Hagoromoシネマ                                                                                       |          |          |               |          | ディスコン   |               |         |
| 21 | 火  |  年金女性部         |          |          | さざ波           | スマホ講座    | ラダーゲッター | マーガレット        |         |
| 22 | 水  | 折戸シニアクラブ                                                                                          |          | 囲碁の日     | あじさい          | ミュージックベル | 重ね絵クラブ  | シニア°タンク       |         |
| 23 | 木  |                                                                                                   |          |          |               |          |         |               |         |
| 24 | 金  | レッツ！脳レク                                                                                           | 三保ふじの会   | 22会      |               |          | スローステップ | ショートボールウォーキング |         |
| 25 | 土  |                |          |          | 白波会           |          |         | グラウンドゴルフ大会    |         |
| 26 | 日  | 茜会                                                                                                |          |          |               | スカットボール  |         |               |         |
| 27 | 月  |                                                                                                   |          |          |               |          |         |               |         |
| 28 | 火  |  脳トレ           | ※雨天時使用   |          |               |          | 重ね絵クラブ  |               | パタンク体験会 |
| 29 | 水  |                                                                                                   |          | 羽衣クラブ    |               |          | ディスコン   | シニア°タンク       |         |
| 30 | 木  |  ちゃきちゃき&わくわく体操 |          |          |               |          |         | グランマ          |         |



でん伝体操は、  
毎週火・木・土9:00～9:50です。



羽衣荘では随時各種相談受け付けています！  
日々の生活・スマホの使い方など困った事が  
ありましたら、いつでもご相談ください。

## 羽衣講座 「交通安全教室」 ～自転車の安全な乗り方～

2日(木) 10:00～

グラウンドで実際に自転車に乗り横断時の気を付ける事など自転車マナーを学びます。

講師:交通安全協会 交通指導員  
折戸地区交通安全会

## Hagoromoシネマ

池井戸潤原作・長瀬智也主演

空飛ぶタイヤ

20日(月) 9:30～



## デジタル活用支援推進事業



## スマートフォンの使い方講座③

新型コロナワクチン接種証明書アプリを用いた接種証明

21日(火) 10:00～11:00

募集人数:4人以上12人まで(予約制)

講師:NTTドコモ

※講座ではドコモの機種(貸出・持参)を使用します。

## 三地区シニアクラブ交流 羽衣荘杯 グラウンドゴルフ大会

25日(土) 8:30集合(役員8:00集合)

〈雨天中止の場合:予備日12月2日(土)  
前日までに判断し、各会長に連絡します。〉

## 栄養相談会



7日(火)・9日(木) 10:00～11:30

体組成計での測定結果をもとに、栄養の摂り方など日々の食事の相談に個別に応じます。

相談員:雪印ビーンスターク(株) 栄養士

## 生活・健康相談会(予約制)

2日(木) 13:30～15:00



松原地域包括支援センターの相談員による健康や介護等の相談会です。

ご希望の方は10月27日(金)までに予約をしてください

## 今月の教室開催日



### 教室体験会 (各日2～3名ずつ)

|               |                              |        |
|---------------|------------------------------|--------|
| ショートポールウォーキング | 10日(金)・24日(金)                | 10:00～ |
| モルック          | 1日(水)・15日(水)                 | 13:30～ |
| パタンク          | 14日(火)・28日(火)                | 13:30～ |
| ディスコン         | 2日(木)・9日(木)<br>20日(月)・29日(水) | 13:30～ |

### ☆運動系教室

|           |               |        |
|-----------|---------------|--------|
| でん伝体操     | 毎週火・木・土       | 9:00～  |
| シニアヨガ     | 4日(土)・18日(土)  | 10:00～ |
| スローステップ   | 10日(金)・24日(金) | 13:30～ |
| ポールウォーキング | 11日(土)        | 10:00～ |

### ☆ニュースポーツ教室

|         |               |        |
|---------|---------------|--------|
| ラダーゲッター | 7日(火)・21日(火)  | 13:30～ |
| 輪投げ     | 4日(土)・18日(土)  | 13:30～ |
| スカットボール | 12日(日)・26日(日) | 9:30～  |

### ☆文化系教室

|          |               |        |
|----------|---------------|--------|
| ハミング     | 14日(火)        | 10:00～ |
| ミュージックベル | 15日(水)・22日(水) | 10:00～ |
| 切り絵      | 2日(木)・16日(木)  | 10:00～ |
| 初心者切り絵   | 16日(木)        | 13:30～ |

### ☆その他の教室

|             |                 |                  |
|-------------|-----------------|------------------|
| 骨盤力アップ体操    | 7日(火)           | 10:30～           |
| ちゃきちゃき&わくわく | 9日(木)<br>30日(木) | 10:30～<br>10:00～ |
| マンカラの日      | 10日(金)          | 9:30～            |
| いきいき体操      | 11日(土)          | 10:00～           |
| おしゃべりサロン    | 16日(木)          | 10:00～           |
| レッツ!脳レク!    | 24日(金)          | 9:30～            |
| 脳トレしましょう!   | 28日(火)          | 10:00～           |
| 囲碁の日        | 15日(水)・22日(水)   | 9:00～            |
| 新聞ちぎり絵      | 随時:ロビーで活動中      |                  |

お問い合わせは羽衣荘事務所まで  
☎054-336-3117