

# 羽衣荘だより 4月号

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  | 土  |  シニアヨガ    |              | ハーブの会                                                                               |              | 太極拳クラブ       | 輪投げ         |                                                                                       |                                                                                       |
| 2  | 日  | 折戸5区自治会                                                                                    |              |                                                                                     |              |              |             |                                                                                       |                                                                                       |
| 3  | 月  |                                                                                            |              |                                                                                     |              |              |             |                                                                                       |                                                                                       |
| 4  | 火  |  いきいき体操   |              |                                                                                     |              |              | ラダーゲッター     | マーガレット                                                                                |                                                                                       |
| 5  | 水  | ふれあいの会                                                                                     | ※雨天時使用       | 羽衣クラブ                                                                               | ※ふれあいの会      | ミュージックベル     | 折紙教室        | シニア°タンク                                                                               | モルック                                                                                  |
| 6  | 木  |  レッツ！脳レ！  |              | 切り絵教室                                                                               | 生活・健康<br>相談会 |              | 折戸シニア       |                                                                                       |                                                                                       |
| 7  | 金  | ニチレクボール<br>クラブ                                                                             |              |                                                                                     | 友の会          |              | ひよっこクラブ     |                                                                                       |                                                                                       |
| 8  | 土  |           | 折戸シニア<br>女性部 |                                                                                     | さざんか         |              |             | ノルディック<br>ウォーキング                                                                      |    |
| 9  | 日  | 茜会                                                                                         |              |                                                                                     |              | スカットボール      |             |                                                                                       |                                                                                       |
| 10 | 月  |                                                                                            |              |                                                                                     |              |              |             |                                                                                       |                                                                                       |
| 11 | 火  |  ハミング    | ※雨天時使用       |                                                                                     | 白波会          |              |             |                                                                                       | ペタンク                                                                                  |
| 12 | 水  |                                                                                            |              | 羽衣クラブ                                                                               | BB会          | 折戸年金         | 折紙教室        | シニア°タンク                                                                               |                                                                                       |
| 13 | 木  |  脳トレ    |              |                                                                                     | 月見会          |              |             | グランマ                                                                                  |                                                                                       |
| 14 | 金  | 宮方二区シニアクラブ                                                                                 |              |                                                                                     |              |              | スローステップ     |  |                                                                                       |
| 15 | 土  |  シニアヨガ  |              |                                                                                     | 桜会           | 太極拳クラブ       | 輪投げ         |                                                                                       |                                                                                       |
| 16 | 日  |                                                                                            |              |                                                                                     |              |              |             |                                                                                       |                                                                                       |
| 17 | 月  |                                                                                            |              |                                                                                     |              | マンカラ体験会      |             |                                                                                       |  |
| 18 | 火  |         | 年金女性部        |                                                                                     | さざ波          |              | ラダーゲッター     | マーガレット                                                                                |  |
| 19 | 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<br>体操クラブ | シニア°タンク                                                                               | モルック                                                                                  |
| 20 | 木  |         |              | 切り絵教室                                                                               | ひばり会         | おしゃべり<br>サロン | 初心者切り絵      |                                                                                       |                                                                                       |
| 21 | 金  | ニチレクボール<br>クラブ                                                                             |              |                                                                                     | カトレヤ         | 彩の会          |             |                                                                                       |                                                                                       |
| 22 | 土  |  いきいき体操 |              |                                                                                     | 白波会          |              |             | ノルディック<br>ウォーキング                                                                      |                                                                                       |
| 23 | 日  | 茜会                                                                                         |              |                                                                                     |              | スカットボール      |             |                                                                                       |                                                                                       |
| 24 | 月  |                                                                                            |              |                                                                                     |              |              |             |                                                                                       |  |
| 25 | 火  |  羽衣講座   | ※雨天時使用       |  |              |              | 重ね絵クラブ      |  | ペタンク                                                                                  |
| 26 | 水  |                                                                                            |              | 囲碁の日                                                                                | あじさい         |              |             | シニア°タンク                                                                               |                                                                                       |
| 27 | 木  |         |              |                                                                                     | ほのぼの会        |              |             | グランマ                                                                                  |                                                                                       |
| 28 | 金  |                                                                                            | 三保ふじの会       | 22会                                                                                 |              |              | スローステップ     |                                                                                       |                                                                                       |
| 29 | 土  |                                                                                            |              |                                                                                     |              |              |             |                                                                                       |                                                                                       |
| 30 | 日  |                                                                                            |              |                                                                                     |              |              |             |                                                                                       |                                                                                       |

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を受け付けています！  
日々の生活で困った事・スマホの使い方で困ったら、  
いつでもご相談ください。

## 羽衣講座



### 「骨の健康」気になりますか？

60歳を過ぎると骨はどんどん弱くなります。  
骨が弱くなる原因と対策を学び、いつまでも  
元気に過ごしましょう。

**25日(火) 10:00～**

講座の前に骨密度の測定もします。

講師: (株)雪印ビーンスターク 松野様



### 今月から開催日時が変更になります 生活・健康相談会(予約制)

**6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4日(火)までに予約をしてください

### 永井館長から



本館は昨年度、大広間・和室の改修工事、  
グラウンドの浸透枳工事、新駐輪場設置等を  
実施し、施設の利用向上に取り組んで  
参りました。「来た時よりも美しく」の言葉  
のように、気持ちよく施設をご利用  
いただけたらと思っています。

### 令和5年度の羽衣荘利用について

利用人数(カラオケも同様)

◎大広間:10人以上 和室:5人以上

◎多目的室:30人以下

利用の心構え「来た時よりも美しく」

◎机・椅子を利用する時は準備・片付けを行う。

◎利用後は机の消毒・掃除機での清掃を行う。

◎グラウンド利用者は終了後整備等を行う。

◎出たゴミは持ち帰る。

## 今月の教室開催日



### ☆運動系教室

|             |               |        |
|-------------|---------------|--------|
| でん伝体操       | 毎週火・木・土       | 9:00～  |
| シニアヨガ       | 1日(土)・15日(土)  | 10:00～ |
| ルディックウォーキング | 8日(土)・22日(土)  | 10:00～ |
| スローステップ     | 14日(金)・28日(金) | 13:30～ |

### ☆ニュースポーツ教室

|         |               |        |
|---------|---------------|--------|
| 輪投げ     | 1日(土)・15日(土)  | 13:30～ |
| ラダーゲッター | 4日(火)・18日(火)  | 13:30～ |
| モルック    | 5日(水)・19日(水)  | 13:30～ |
| スカットボール | 9日(日)・23日(日)  | 9:30～  |
| パタンク    | 11日(火)・25日(火) | 13:30～ |

### ☆文科系教室

|           |              |        |
|-----------|--------------|--------|
| ミュージックベル  | 5日(水)・19日(水) | 10:00～ |
| ちょっと難しい折紙 | 5日(水)・12日(水) | 13:30～ |
| 切り絵       | 6日(木)・20日(木) | 10:00～ |
|           | 20日(木)       | 13:30～ |
| ハミング      | 11日(火)       | 10:00～ |

### ☆その他の教室

|           |               |        |
|-----------|---------------|--------|
| いきいき体操    | 4日(火)・22日(土)  | 10:00～ |
| レッツ!脳レク!  | 6日(木)         | 10:00～ |
| 脳トレしましょう! | 13日(木)        | 10:00～ |
| 囲碁の日      | 19日(水)・26日(水) | 9:00～  |
| おしゃべりサロン  | 20日(木)        | 10:00～ |
| 新聞ちぎり絵    | 随時:ロビーで活動中    |        |

4月から上記の教室が始まります。新規参加希望・  
体験希望につきましては、各教室ごとに参加者の  
受入状況が異なりますのでお問い合わせください。

### マンカラって何? 「マンカラ」体験会



**17日(月) 9:30～ 16人(予約制)**

マンカラは世界中で遊ばれているゲームです。

ルールも単純なので初めての人でも簡単にでき、  
脳トレになります。一度体験してみませんか?