

# 清水東部老人憩の家だより



【発行】令和6年7月1日 通巻128号  
 指定管理者 労働者協同組合 ワークスコープ・センター事業団  
**静岡市清水東部老人憩の家**  
 〒424-0204静岡市清水区興津中町1288  
 ☎ 054-369-5513 Fax 054-376-6438  
 11館ホームページ 共通URL  
[www.fukushi-center.org](http://www.fukushi-center.org)



## 「リズム体操教室」募集中！

音楽で体と心をリフレッシュ！！リズムに合わせてストレッチ体操や手話をして健康なからだづくりをしてみませんか。  
 毎月第4火曜日午前10時～11時30分、大広間にて開催します。  
 講師：音楽療法士 岡部 五月 先生  
 ※今月は第5火曜日（7月30日）午前10時～です。



## 「交通安全教室」開催！

交通事故防止と正しい交通マナーを学びましょう。  
 日時：令和6年7月5日（金）午前10時～  
 令和6年7月19日（金）午前10時～  
 場所：憩の家 大広間  
 協力：交通安全協会清水地区支部



## 「市政出前講座“わが家と地域の防災対策”」開催！

いざというときのために必要な知識を学びましょう！  
 日時：令和6年7月30日（火）午前10時～11時  
 場所：憩の家 多目的ホール  
 協力：清水区地域総務課



## 「フォークソングの集い」開催！

懐かしいフォークソングの演奏をお楽しみください。  
 日時：令和6年7月11日（木）午後1時30分～  
 場所：憩の家 大広間  
 協力：宮加三サンパック



## 定期講座のご案内

### 「でん伝体操」・「わくわく体操」開催中です！

【毎週水・土曜日コース】  
 座位コース：9時～10時  
 立位コース：10時15分～11時15分

【第2・4木曜日コース】  
 10時～11時  
 ※ご希望の時間にお越しください。



教室名	日時	場所
ラジオ体操	毎週 火曜日、木曜日、金曜日 午前9時30分	駐車場
3D体操教室	7月2日(火)、23日(火) 午前10時	大広間
交通安全教室	7月5日(金)、19日(金) 午前10時	大広間
スマホ教室	7月9日(火) 午前10時	多目的ホール
スカットボール教室	7月9日(火) 午後1時	多目的ホール
笑楽音教室	7月11日(木) 午前10時	大広間
フォークソングの集い	7月11日(木) 午後1時30分	大広間
歌声広場	7月12日(金) 午前10時	大広間
映画鑑賞会(そして、バトンは渡された)	7月12日(金) 午後1時	大広間
NEWスポーツ教室	7月14日(日) 午前10時	大広間
市政出前講座	7月30日(火) 午前10時	多目的ホール
スローエアロビ教室	7月20日(土)、27日(土) 午後1時30分	多目的ホール
骨盤力アップ体操教室	7月22日(月) 午後1時30分	大広間
切り絵教室	7月30日(火) 午後1時30分	多目的ホール
映画鑑賞会(アルキメデスの大戦)	7月26日(金) 午後1時	大広間
大人の塗り絵広場	7月26日(金) 午前10時	多目的ホール
写経広場	7月26日(金) 午後1時30分	多目的ホール
リズム体操教室	7月30日(火) 午前10時	大広間

## 【映画鑑賞会】

「そして、バトンは渡された」を上映します。  
 令和6年7月12日（金）午後1時～3時  
 2つの家族、親たちがついていた命がけの嘘と秘密とは？  
 主演 永野芽郁、田中圭、石原さとみ  
 ぜひ、お越しください。  
 ※鑑賞希望の方は事前に申込書の記入をお願いします。



「アルキメデスの大戦」を上映します。  
 令和6年7月26日（金）午後1時～3時  
 天才的な数学的能力で戦艦大和建造の試算を行う主人公の前に  
 帝国海軍の大きな壁が立ちはだかる。  
 主演 菅田将暉、共演 柄本佑、館ひろし他  
 ※鑑賞希望の方は事前に申込書の記入をお願いします。



# 令和 6年 7月 利用計画表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	休館日	3B体操教室	八木間睦会・ 県団シニア	寿歌謡会	小島シニア (交通安全教室)	新興津歌謡クラブ
		ソーイングクラブ	でん伝体操/ カトレア	ふじの会	ひまわり踊りの会	でん伝体操
		プルメリア	着物同好会/ 興津シニア三役会			
7	8	9	10	11	12	13
SNOKクラブ	休館日	昭友会	あいあいくらぶ	笑顔音教室/ フォークソングの集い	歌声広場/ 映画鑑賞会	寿歌謡会
		スマホ教室/ スカットボール教室	でん伝体操	でん伝体操	興津花の会	でん伝体操/ 折り紙クラブ
14	15	16	17	18	19	20
NEWスポーツ教室	休館日 (海の日)	休館日	東町八千代会・ 中町シニア	両河内シニア	但沼・夫原シニア (交通安全教室)	昭友会
コスモス			でん伝体操/ カトレア	ふじの会	ひまわり踊りの会	でん伝体操/ ｽｰｱﾌﾞﾙ教室
			着物同好会	川柳の会		
21	22	23	24	25	26	27
休館日	環境整備(小島地区)/ 骨盤力アップ体操教室	3B体操教室	あいあいくらぶ	SNOKクラブ	映画鑑賞会	新興津歌謡クラブ
	きよみカフェ	ソーイングクラブ	でん伝体操/ 興津花の会	でん伝体操	大人の塗り絵広場/ 写経広場	でん伝体操/ ｽｰｱﾌﾞﾙ教室
	生活・健康相談日					
28	29	30	31	 		
寿歌謡会	休館日	リズム体操教室	昭友会			
コスモス		市政出前講座/ 切り絵教室	でん伝体操			

### 【環境整備の日】

6月の「環境整備の日」は「県団・東町」の皆様ありがとうございました。  
7月の「環境整備の日」は「小島地区」の皆様です。よろしく願いいたします。

計画表  
の見方



日付  
大広間  
多目的ホール  
和室

### 【3B体操教室】募集中！

日本3B体操協会、公認指導士の山田三恵子先生の指導で毎月第1・第3火曜日、午前10時～11時まで音楽に合わせて仲間と一緒に楽しく健康づくりができます。憩の家大広間で開催します。希望者は事務所まで申し込みをお願いします。  
※今月は第1・第4火曜日です。



### 「相談事随時受付中！」

日々の生活の中で不安を感じている皆様へ！  
生活相談・健康相談を随時受け付けています。お気軽にお声掛けください！



### 「認知症カフェ(きよみカフェ) 開催しています！」



当館では、毎月第3月曜日 午前の「定期相談日」に別室にて「認知症カフェ」を開催しています。認知症が気になる方、心配な方、専門家(きよみの里 保健師)が相談にのってくださいます。是非、一度来館してみてください！ ※今月は第4月曜日(7月22日)です。