



静岡市清水船越老人福祉センター

令和7年4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

〒424-0866

静岡市清水区船越2丁目9-26

☎ 054-352-5505

fax 054-352-5507

11館共通ホームページURL www.fukushi-center.org

船越だより



4月からの教室生追加受付中!!



教室名	開催日・時間	定員
ミニランポ	第1・第3金曜日 13:30~	20人
メンスヨガ	第2・4金曜日 14:45~16:00	30人
リズムウォーク&ストレッチ	4/7(月)13:30~・5/8(木)10:00~・6/5(木)10:00~	20人
みんなで合唱	4/8(火)13:00~・5/19(月)10:00~・6/9(月)13:00~	40人
☆初心者ダンス教室	4/28・5/26・6/30・7/28・8/25・9/29(月)13:30~	20人



☆マークは9月までの教室です

※ミニランポ使用料200円

初回の方が優先です

さくらまつり

4月3日(木) 10:00~15:00ころ

参加クラブ

盆踊りの会・ひばり・パカラナ・スタジオ411

あやめ会・清水つつみ太鼓

作品展示

絵手紙の会・色えんぴつの会・硬筆講座

日頃の練習の成果を発表します

観覧席を設けますので応援に来てね!!

※お茶クラブ(茶々姫)のお茶席もあります



※大好評

健康寿命講座

講師 理学療法士 加藤隆三先生



4月7日(月) 10:00~

「ウォーキングシーズンに歩く力を鍛えましょう!!」

大人気!! 加藤先生による講座です

自分の体力を知って効果的な運動をやろう!!

協力:(株)アクタガワ ハートライフ押切

船越名画座



2012年作品
4月15日(火) 13:00~ 上映時間130分

「北のカナリアたち」

出演 吉永小百合・柴田恭兵・仲村トオル 他

かつての教え子が起こした事件をきっかけに20年ぶりに北海道の離島を訪れた元小学校教師が教え子たちと再会し…

4月26日(土) 9:30~

2023年作品

上映時間126分

「湯道」



出演 生田斗真・濱田岳・橋本環奈 他

亡き父が遺した銭湯「まるきん温泉」に突然戻ってきた建築家の三浦史朗帰省の理由は…

しぞ~かわくわく体操

4月17日(木) 10:30~



音楽のリズムにのって体を動かし

体も **ワクワク** 心も **ワクワク**

骨盤底筋体操

4月8日(火)10:30~ 4月24日(木)10:30~

知っておこう!!

これからの排泄機能と骨盤力アップ

※気になる尿漏れ・頻尿など 正しく知ってしっかりケア





※各教室・講座・イベント等に
参加ご希望の方は必ず事務所
までお申し込みください

☆主な行事と休館日

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
			でん伝体操 	さくら祭り	でん伝体操 卓球教室 ミニトランポ	午後 休館日
日	月	火	水	木	金	土
6	7	8	9	10	11	12
休館日	健康寿命講座 リズムウォーク &ストレッチ	骨盤底筋体操 みんなで合唱	でん伝体操 	気功・太極拳A 地区の集い 浜田	でん伝体操 メンズヨガ	午後 休館日
日	月	火	水	木	金	土
13	14	15	16	17	18	19
休館日	地区の集い 庵原 気功・太極拳B	船越名画座	でん伝体操 	わくわく体操	でん伝体操 卓球教室 ミニトランポ	午後 休館日
日	月	火	水	木	金	土
20	21	22	23	24	25	26
休館日	地区の集い 駒越	地区の集い 三保	気功・太極拳A でん伝体操 	骨盤底筋体操	でん伝体操 メンズヨガ	船越名画座 午後 休館日
日	月	火	水			
27	28	29	30			
休館日	みんなで合唱 気功・太極拳B 初心者ダンス	休館日	でん伝体操 		生活・健康相談日 8日(火) 体組成測定日 4日(金)	



どなたでもご参加いただけます!!

水曜日 10:00~11:00 14:00~15:00
金曜日 9:30~10:30 10:45~11:45

※よろず相談随時受付中

生活面・健康面など悩み・相談などがありましたらお気軽にお声をかけてください
内容によって専門の相談員につなぐ
こともできます

