

2月 船越だより

静岡市清水船越老人福祉センター

令和8年2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HP.URL www.fukushi-center.org



世代間交流の日

世代間交流の日は、年齢問わず参加できる日です。お子さんから
パパ・ママ世代、おじいちゃん、おばあちゃんまで。ぜひご参加ください！

大好評！

健康寿命講座

2月2日(月) 10:00~



「良い姿勢を保つポイントと

運動についてのお話

講師 理学療法士 加藤隆三先生

大人気！加藤先生による講座です。

冬場で固まりやすい筋肉を伸ばして良い姿勢
を保ちましょう

協力 (株)アクタガワ ハートライフ押切



館長と野鳥観察



2月28日(土) 9:30~11:00

ポールウォーキングをしながら野鳥を観察しよう！
ウォーキングの方も大歓迎です

節分鬼倒しゲーム

2月3日(火) 13:30~



みんなで一緒に鬼を倒して福を呼びましょう！

盆踊り

2月14日(土) 9:30~11:30



みんなで踊りを楽しみましょう！

協力 盆踊りの会

みんなで合唱

2月9日(月) 13:00~



みんなで歌って楽しみましょう！



わくわく体操

2月9日(月) 10:30~



持ち物 飲物・タオル

リズムにのって体を動かし

体もワクワク!!心もワクワク!!

総合防災訓練

2月26日(木) 13:30頃~



避難訓練、水消火器訓練等

皆様のご参加をよろしくお願ひいたします！

骨盤底筋体操

2/5(木) 13:30~ 2/26(木) 10:30~



持ち物 飲物・ヨガマット

※気になる尿漏れ・頻尿など正しく

知ってしっかりケア

新規3ヶ月教室 にこにこクラブ

2月16日(月) 10:00~



どんなゲームをやるのかお楽しみ!!

楽しいゲームでにこにこ笑顔になろう！

予告



ダンスパーティー 3/16(月) 13:30~

カラオケお楽しみ会 3/17(火) 9:30~

詳細は後日発表します お楽しみに!!

利用者の皆様へお知らせ

よろず相談随時受付中!!

生活面・健康面など悩み・相談が

ありましたらお気軽にお声をかけてください



※各講座に参加希望の方は必ず事務所まで

お申し込みください

日	曜日	機能訓練室	和室	多目的室-1	多目的室-2	大広間-①	大広間-②
1	日			休館日			
2	月	午前 卓友会3 午後 卓友会1	茶々姫 ブルメリア	春樹詩吟同好会	花火の会	健康寿命講座 気功・太極拳教室B	
3	火	午前 書道クラブ 午後 つくし会		ドレミ 25の会	夢伝会	節分鬼倒しゲーム 準備 節分鬼倒しゲーム	
4	水	午前 四季の会 午後 てんとう虫	きもの着付けの会	K2		でん伝体操	
5	木	午前 地区囲碁クラブ 午後 卓友会2	樹吟詠会 SGB15	体組成測定 シニアクラブ連合会	大人の絵本講座「たね」	リズムウォーキング&ストレッチ 骨盤底筋体操	
6	金	午前 初心者卓球教室 午後 ともづなクラブ		絵手紙の会		でん伝体操 トランポウォーキング	
7	土	午前 心拳楽会				九輪会	
8	日			休館日			
9	月	午前 パカラナ 午後 気功・太極拳教室B		ひばり 船越将棋クラブ	色えんぴつの会	わくわく体操 みんなで合唱	
10	火	午前 はまゆう 午後 卓和会		生活・健康相談日	シニアクラブ女性部	昔の遊びを楽しもう集会	
11	水			休館日			
12	木	午前 気功・太極拳教室A 午後 エンジョイ！船越	グループ1307 ※ あそ棒		SECフレンズ M&M	「入江」地区の集い	
13	金	午前 卓翔 午後 はまゆう	愛舞美舎	風魔の会		でん伝体操 らく楽ヨガ メンズヨガ	
14	土	午前 がんばる会		はっぴいハーモニー		盆踊りの会	
15	日			休館日			
16	月	午前 卓友会3 午後 卓友会1	にこにこクラブ ブルメリア	ひばり 春樹詩吟同好会	花火の会	スタジオ411 初心者ダンス教室	
17	火	午前 書道クラブ 午後 つくし会		ドレミ 25の会		みんなの輪	
18	水	午前 四季の会 午後 てんとう虫	きもの着付けの会 歩恵夢	K2		でん伝体操	
19	木	午前 地区囲碁クラブ 午後 卓友会2	樹吟詠会 SGB16	交通安全会		「入江」地区の集い	
20	金	午前 初心者卓球教室 午後 ともづなクラブ		絵手紙の会	彩の会	でん伝体操 トランポウォーキング	
21	土	午前 心拳楽会				九輪会	
22	日			休館日			
23	月			休館日			
24	火	午前 スタジオ411 午後 卓和会	夢伝会			「入江」地区の集い	
25	水	午前 気功・太極拳教室A 午後 どんぐり		ボイトレV さくらの会	編~ご	でん伝体操	
26	木	午前 すいれん 午後 エンジョイ！船越			SECフレンズ M&M	骨盤底筋体操 あそ棒 総合防災訓練※	
27	金	午前 卓翔 午後 はまゆう		風魔の会		でん伝体操 らく楽ヨガ メンズヨガ	
28	土	午前 がんばる会		はっぴいハーモニー		館長と野鳥観察	
				※ 総合防災訓練 2月26日(木) 13:30頃~			