

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

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



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



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いいたします!



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!



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

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!!

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