

10月号ふれあいの郷

令和6年10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

静岡市清水区八坂町2110-2
電話054-364-8902
FAX054-388-9721



11館共通URL www.fukushi-center.org

静岡市清水北部交流センター

日	月	火	水	木	金	土
		1🔥	2🔥	3🔥	4🔥	5🔥
		でん伝体操①②③ (リハパークの方が体組成計測とでん伝体操の説明をさせていただきます)	でん伝体操①② ピラティス	中級パソコン	音楽のひろば	日立清水理科クラブによるもの作り
6🔥午前	7	8🔥	9🔥	10🔥	11🔥	12🔥
ふれあいの郷 上映会	休館日	でん伝体操①②③ らくらく体操 初級パソコン	でん伝体操①②	健腸長寿のお話	リズム体操	子ども食堂
13🔥午前	14	15	16🔥	17🔥	18🔥	19🔥午前
お月見 コンサート	休館日	休館日	でん伝体操①② 生活・健康相談日 体組成測定	中級パソコン お口の健康講座	骨盤力アップ教室 自治会利用委員会	手作りみそ でん伝体操特別編
20	21🔥	22🔥	23🔥	24🔥	25🔥	26🔥
休館日	草取り一般	でん伝体操①②③ らくらく体操 初級パソコン	でん伝体操①②		リズム体操	くすの木
27🔥午前	28🔥	29🔥	30🔥	31🔥		
ふれあいの郷 上映会	休館日	でん伝体操①②③	でん伝体操①②	元気で長生き 栄養講座		

上記カレンダーは教室・講座を掲載しています。お問い合わせは「ふれあいの郷」にご連絡ください。電話での申し込み及びお問い合わせは9:30~15:30の間でお願いします。

*** 体組成測定は10月16日水曜日です。ご自分の体の状態を確認してみましょう!!**

『日立清水理科クラブ』 《電磁石ベルを作って鳴らそう》

日時：10月 5日(土) 10:00~11:00 小学3年生~
受付：9月10日(火)~9月24日(火) 6年生の親子
講師：日立製作所のOBの方々 10組募集です。
確定日：9月25日(水) 9/25~9/30までに確認の電話をお願いします。
持ち物：材料費900円・水分補給・メモ用紙・小学生は上靴



『お月見コンサート』 ~癒しのひと時を~



先着50名です。事務所にお申し込みください。

出演：飯田中学校吹奏楽部・清水国際高校吹奏楽部・草薙マンドリンアンサンブル

日時：10月13日(日) 10:00~11:50(予定) 1階多目的ホール

『草取り一般』

10月21日(月) 9:30~10:40(予定)

北部交流センター敷地内 事前に参加受付をします。事務所にお申し出ください。

『音楽のひろば』 歌に合わせて楽しく体を動かしたりしましょう!!

日時：10月4日（金）13:30～15:00

講師：岡部 五月先生

募集：9月12日（木）～9月20日（金）



確定日：9月22日（日） 9/22～9/30までに確認の電話をお願いします。

定員：20名（多数抽選）

持ち物：タオル・水分補給

『手作りみそ』 約800gを作ります。

日時：10月19日（土）10:00～12:00

講師：伏見 厚子さん

定員：10人分 親子10組（小学1年から）又は一般の方 材料費：1組1000円

募集：9月19日（木）～10月2日（水）

確定日：10月3日（木）

10/3～10/9までに確認の電話をお願いします。

持ち物：エプロン・三角巾・ふきん・容器（みそ用）・小学生は上靴



元気で長生き栄養講座 =調理実習と試食=

日時：10月31日（木）10:00～11:30

講師：区役所健康支援課管理栄養士

募集：10/2～10/23

対象：65歳以上で食生活に興味や不安のある方

定員：15名

確定日：10月24日（木）

10/24～10/27までに確認の電話をお願いします。

健腸長寿のお話

日時：10月10日（木）10:00～11:00

募集：9/12～9/26

講師：中央静岡ヤクルト販売（株）講師

定員：30名

確定日：9月27日（金）

9/27～10/5までに確認の電話をお願いします。

お口の健康講座

日時：10月17日（木）10:00～11:00

定員：25名

募集：9/25～10/9

講師：雪印ビーンスターク（株）栄養士

確定日：10月10日（木）

10/10～10/15までに確認の電話をお願いします。

骨盤力アップ教室

日時：10月18日（金）13:30～15:00

定員：20名

募集：9/25～10/9

講師：南部交流センター職員

確定日：10月10日（木）

10/10～10/15までに確認の電話をお願いします。

各種相談

随時受け付けております

最近変わったことはありませんか？

生活面や健康面で不安があったり、どうすれば良いか悩んだ時は遠慮なく

お声掛けください。



『ふれあいの郷上映会』

上映日

10月6日（日）

10月27日（日）

作品

孤高のメス

蝉しぐれ

時間

10:00～11:50

10:00～12:11

主演

堤 真一

市川染五郎 木村佳乃

外科医の当麻鉄彦が患者第一に考えて病院の体制を少しずつ変えていくのですが・・・

下級武士の息子・文四郎は恋心を抱いていたふくが、藩主の子を流産したと聞き・・・

『でん伝体操特別編』 10月19日（土）10:00～10:45

『おもしろ体操塾』 同日11:00～11:45

1階多目的ホール・現在受講されている方もOKです。先着30名です。

事務所にお申し込みください。