

# 2月号ふれあいの郷

## 静岡市清水北部交流センター

年齢を問わずどなたでも  
ご利用いただけます

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



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](http://www.fukushi-center.org)

日	月	火	水	木	金	土
1番午前	2	3番	4番	5番	6番	7番
でん伝体操 自由参加版	休館日	でん伝体操 ①②③	でん伝体操 ①② ピラティス 卓球開放日	中級パソコン キラキラ講座	総合防災訓練 音楽のひろば	利用団体 発表交流会
おもしろ体操塾						親子卓球道場
8番午前	9	10番	11	12番	13番	14番午前
利用団体 発表交流会	休館日	でん伝体操 ①②③	休館日	健康体操 ラムーヴ	リズム体操	子ども食堂 でん伝体操自由参加版 チョコットサイエンス 大切な人に お花をプレゼント 親子卓球道場
15	16番	17番	18番	19番	20番	21番
休館日	でん伝体操 自由参加版	でん伝体操 ①②③ 生活・健康 相談日 体組成測定	でん伝体操 ①② 卓球開放日	中級パソコン		スマホ教室
						でん伝体操 自由参加版 親子卓球道場
22番午前	23	24	25番	26番	27番	28番
でん伝体操 自由参加版	休館日	休館日	でん伝体操 ①② 卓球開放日	とっておき 講座	リズム体操	でん伝体操自由参加版 チョコットサイエンス おもしろ体操塾 くすの木

上記カレンダーは教室・講座を掲載しています。お問合せは「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合せは9:30~15:30の間でお願いします。

\*体組成測定 2月17日火曜日です。ご自分の体調を確認してみませんか。

### ＊『キラキラ講座』＊

日時：2月5日（木）10:00～11:00

会場：大会議室

受付：1月14日（水）から20名に達するまで

講師：あすなろの家 職員

テーマ：認知症について～認知症の方との接し方～



### 『音楽のひろば』

日時：2月6日（金）13:30～15:00

会場：大広間

受付：1月15日（木）から1月21日（水）

講師：岡部五月 先生

確定日：1月22日（木）※1/22（木）～1/29（木）

までに確認の電話をお願いします。

定員：20名 多数抽選



### 『とっておき講座』

日時：2月26日（木）10:00～11:00

会場：大会議室

受付：2月3日（火）から25名に達するまで

講師：白扇閣介護長 介護福祉士 小泉 先生

今回のテーマは ➔ 認知症予防の為の食事・生活・運動



# ★北部交流センター 令和8年度4月開催教室★

開催月	曜日	教室名	時間(目安)	人数(名)
4月～6月	第2・第4 火	エクセル講座	10:00～11:30	7
	第4 金	★4Kmポールウォーキング	10:00～11:30	7
4月～9月	第1 水	ピラティス	09:30～10:30	20
	第1・第3 木	ワード講座	10:00～11:30	7
	第2 木	健康体操ラムーヴ	10:00～11:15	20
	第2・第4 金	リズム体操	10:00～11:30	20
4月～3月	毎週 火・水	でん伝体操	09:30～10:15	各35
	毎週 火・水	でん伝体操	10:30～11:15	各35
	毎週 火	でん伝体操	13:30～14:15	30

★ポールウォーキングは6月までの全3回です。雨天は中止となります。

※教室・講座は事前申し込みです。受付は2/18(水)～3/4(水) 確定日3/7(土)

3/7(土)～3/13(金)までに必ず確認をお願いします。(9:30～15:30)

※開講日、会場は変更になる場合があります。詳しいことは、事務室までお問合せください。

## 〈2月の主な世代間交流の日〉

年齢に関係なくどなたでもお申込みいただけます。

### 『利用団体発表交流会』

日時：2月7日(土)・2月8日(日)9:30～12:00 予定 会場：1階多目的ホール

2月7日 出演団体

★3B体操・高部太極拳・サタデーローズ  
ハートクラブ庵原・己書サークル



2月8日 出演団体

★DCマーガレット・草薙マンドリンアンサンブル  
ステップ21ハニーズ・秋篠会・フラダンス モキハナ



※ 1月27日(火)より各日先着60名 事務室にお申込みください。

### ♡『大切な人に お花をプレゼント』♡

～きれいなお花をアレンジして生けてみよう！～

日 時：2月14日(土)13:30～15:00

材料費：一家族又は一人 400円

募集対象：小学3年生以上とその保護者10組又は一般の方 受付：1月27日(火)から先着

持 ち 物：新聞紙2枚、1㍑牛乳パック1個、筆記用具、はさみ、ボンド、のり、

持ち帰り用の大きめの袋、小学生は上靴 会 場：1階多目的ホール



### 『高校生によるスマホ教室』



日 時：2月21日(土)13:30～15:00 ※ 申込時は希望の時間をお知らせください。

募 集：1月28日(水)から各 10名になるまで

時間帯	定員
13:30～14:15	10名
14:15～15:00	10名

持 ち 物：スマホ \*\*清水国際高校の生徒さんが一対一で

教えてくれますよ。(文字の入力・カメラ・ラインなど)

### 親子卓球道場

### 卓球開放日

日時：2月7・14・21(土)18:30～20:30

日時：2月4・18・25(水) 13:30～15:30

※どちらも会場は1階大会議室です。上記時間帯いつでも出入り可です。

詳しくは事務室にお問合せください。



### でん伝体操自由参加版

### おもしろ体操塾

日時：2月14・21・28(土) 1・22(日)  
16(月) 9:30～10:15

日時：2月1日(日) 28日(土)  
10:30～11:15



※どちらも 会場は多目的ホールです。先着30名当日会場でお申込みください。

### よろず相談

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。

