

3月号ふれあいの郷

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

静岡市清水北部交流センター

季節を問わず、くまなく

ご利用いただける施設です



令和8年3月1日発行
静岡市清水区八坂町2110-2
電話054-364-8902
FAX054-388-9721
11館林-が-ジ 共通URL www.fukushi-center.org

日	月	火	水	木	金	土
1 ☼午前	2	3 ☼	4 ☼	5 ☼	6 ☼	7 ☼
でん伝体操自由 おもしろ体操塾	休館日	でん伝体操 ①②③	でん伝体操 ①② ピラティス 昼間卓球開放日	中級パソコン	きよみん講座 音楽のひろば	でん伝体操自由 おもしろ体操塾 折紙・ぬり絵開放日 夜間卓球開放日
8 ☼午前	9	10 ☼	11 ☼	12 ☼	13 ☼	14 ☼午前
科学と生活のお話 アキさん講座 折紙・ぬり絵 開放日	休館日	でん伝体操 ①②③	でん伝体操 ①② 背骨・骨盤 すっきり体操 昼間卓球開放日	健康体操 ラムーヴ	リズム体操	でん伝体操自由 おもしろ体操塾 子ども食堂 折紙・ぬり絵開放日 夜間卓球開放日
15	16 ☼	17 ☼	18 ☼	19 ☼	20	21 ☼
休館日	でん伝体操自由	でん伝体操 ①②③	でん伝体操 ①② 生活・健康相談日 体組成測定 昼間卓球開放日	中級パソコン 明るい 終活講座	休館日	楽しい 理科実験教室 折紙・ぬり絵開放日 夜間卓球開放日
22 ☼午前	23	24 ☼	25 ☼	26 ☼	27 ☼	28 ☼
でん伝体操自由 おもしろ体操塾 折紙・ぬり絵 開放日	休館日	でん伝体操 ①②③	でん伝体操 ①② 昼間卓球開放日		リズム体操	でん伝体操自由 おもしろ体操塾 くすの木 折紙・ぬり絵開放日 夜間卓球開放日
29 ☼午前	30	31 ☼	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。			
でん伝体操自由 折紙・ぬり絵 開放日	休館日					

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。
※体組成測定は3月18日 水曜日です。ご自分の体調を確認してみてください。

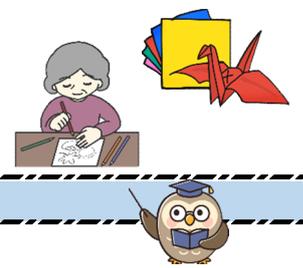


【折り紙・ぬり絵 小会議室の開放日】 お子さんからお年寄りまでどなたでも！

「小会議室」を解放します。お友達どうしても、おひとりでもご参加できます。
きっとお仲間が増えるかもしれませんよ。

日時：3月7・14・21・28（土） 8・22・29（日） この時間帯いつでも出入り自由
会場：1階 小会議室 2階事務で受付してください。
持ち物：ご自分のやりたいぬり絵や折り紙の材料・道具 小学生は上靴
お願い：準備と片付けは参加者の皆さんでお願いします。
皆さんが楽しむ場です。お互い譲り合って楽しんでください。

「チョコッとサイエンス」 日時：3月14・28日（土） 10:40~11:40
会場：多目的ホール 内容：簡単紙工作・マッチ棒クイズ等



『きよみん 講座』

日 時: 3月6日(金)10:00~11:30 **会場:大広間**
 受 付: 2月10日(火)から定員20名に達するまで
 講 師: きよみの里 職員

タオル
持ってきてね



今回のテーマは ➡ 「認知症の予防」です

『音楽のひろば』

日 時: 3月6日(金)13:30~15:00 講 師: 岡部五月 先生
 受 付: 2月14日(土)~2月21日(土) 持ち物: 飲み物・タオル
 定 員: 20名 多数抽選 **会場:大広間**
 確 定 日: 2月22日(日) ※2/22(日)~2/28(土)までに確認の電話をお願いします。



アキさん講座 『科学と生活のお話』 親子で受講できますよ!!

日 時: 3月8日(日)10:00~11:00
 受 付: 2月16日(月)から定員20名に達するまで(単独は小学4年生以上)
 会 場: 多目的ホール
 持 ち 物: 飲み物・必要な方はメモ用紙・小学生は上靴

★小学校の理科の勉強は普段の生活にどう役立っているのでしょうか?



『背骨・骨盤すっきり体操』

日 時: 3月11日(水)13:30~14:30
 受 付: 2月16日(月)から定員20名に達するまで
 講 師: 永野千恵 先生 **会場:多目的ホール**
 持 ち 物: 飲み物・タオル・ヨガマット

★動きやすい服装で参加しましょう



『明るい終活講座』

日 時: 3月19日(木)10:00~11:30
 受 付: 2月19日(木)から定員20名に達するまで
 講 師: 心理カウンセラー・終活上級カウンセラー
 宇佐美吉司 先生

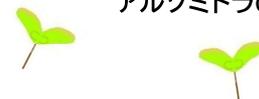
会 場: 大会議室



『楽しい理科実験教室』 種が遠くに飛ぶ秘密?

日 時: 3月21日(土)10:30~11:30
 受 付: 2月25日(水)から定員20名に達するまで
 会 場: 多目的ホール
 持 ち 物: はさみ・セロテープ・クーピーか色鉛筆
 小学生は上靴

カエデの種・マツの種
アルソミトラの種 等



夜間卓球開放日



昼間卓球開放日

日 時: 3月 7・14・21・28(土)
18:30~20:30(出入り自由)
対 象: どなたでも
持 ち 物: 運動できる上靴・飲み物・タオル等
(ラケット)

日 時: 3月 4・11・18・25(水)
13:30~15:30(出入り自由)
対 象: どなたでも
持 ち 物: 運動できる上靴・飲み物・タオル等
(ラケット)

※ 準備・片付けは参加者の皆さんでお願いします。※ 会場は1階会議室です。
 ※ ラケット・ピンポン玉は貸し出し可ですが、数に限りがあります。

でん伝体操自由参加版

おもしろ体操塾

日 時: 3月1・22・29(日) 9:30~
7・14・28(土) 10:15
16(月)

日 時: 3月1・22(日) 10:30~
7・14・28(土) 11:15

どちらも **会場は 多目的ホール・定員 先着 30名**
 当日会場でお申込みください。 ※でん伝体操は火・水曜日受講されている方もOKですよ。