

9月号ふれあいの郷

令和7年9月1日発行
発行・指定管理者：労働者協同組合ワークスコープ・センター事業団
静岡市清水区八坂町2110-2

静岡市清水北部交流センター

FAX 054-388-9721
11館共通URL www.fukushi-center.org

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	休館日	でん伝体操 ①②③	でん伝体操 ①② ピラティス	中級パソコン	きよみん講座 音楽のひろば	でん伝体操 自由参加版 おもしろ体操塾
7	8	9	10	11	12	13
でん伝体操 自由参加版 おもしろ体操塾	休館日	でん伝体操 ①②③ 初級パソコン	でん伝体操 ①② 背骨・骨盤 すっきり体操	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 おもしろ体操塾
14	15	16	17	18	19	20
ふれあいの郷 上映会	休館日	休館日	でん伝体操 ①② 総合防災訓練 生活・健康相談日 体組成測定	中級パソコン		でん伝体操 自由参加版
21	22	23	24	25	26	27
休館日		休館日	でん伝体操 ①② (リハパークの方が 体組成測定とでん 伝体操の説明をして くださいます)		リズム体操	くすの木 でん伝体操 自由参加版 おもしろ体操塾
28	29	30	おしらせ 体組成測定日について 10月から 偶数月は火曜日 ・奇数月は水曜日に変更します。 大勢の皆さんの参加をお願いします。 10月は21日の火曜日です。			
ふれあいの郷 上映会	休館日	でん伝体操 ①②③ (リハパークの方が 体組成測定とでん 伝体操の説明をして くださいます)				

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の間をお願いします。

***体組成測定 9月17日 水曜日です。** ご自分の体調を確認してみませんか。

『きよみん講座』

日時：9月5日（金）10:00～11:30 会場：2階 和室1・2

受付：8月13日（水）から定員15名に達するまで。

講師：きよみの里 職員

今回のテーマは 「転ばない運動」

タオル
持ってきてね



『音楽のひろば』

日時：9月5日（金）13:30～15:00 会場：1階 大会議室

定員：20名（多数抽選）

受付：8月15日（金）から8月22日（金）

講師：岡部五月 先生

持ち物：タオル・飲み物・上靴

確定日：8月26日（火） ※8/26（火）～8/31（日）までに確認の電話をお願いします。



歌に合わせて、楽しく体を動かしたりちょっとした運動も!

『 背骨・骨盤すっきり体操 』

日 時: 9月10日(水)13:30~14:30
受 付: 8月21日(木)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



動きやすい服装で
参加しましょう。

『 でん伝体操自由参加版 』

日 時: 9月6・13・20・27日(土)・7日(日) 9:30~10:15
☆ 先着30名 当日会場でお申し込みください。 会場:多目的ホール
☆ 火・水曜日 受講されている方もOKですよ。

運動時の
注意点 →無理をしない・ゆっくり行う・呼吸をしっかりと行う



『 おもしろ体操塾 』

日 時: 9月6・13・27日(土)・7日(日) 10:30~11:15
☆ 先着30名 当日会場でお申し込みください。 会場:多目的ホール

筋力アップ?歌と踊り?脳トレ? 何が出てくるか お楽しみに~

『 ふれあいの郷上映会 』

上映日: 9月14日(日)10:00~11:33

作 品: 釣りバカ日誌 1

主 演: 西田敏行・三國連太郎

釣りをこの上なく愛する浜崎伝助(西田敏行)と
鈴木建設社長の鈴木一之助(三國連太郎)との
釣りを通じての秘密の関係が始まる...

上映日: 9月28日(日)10:00~12:07

作 品: 記憶にございません

主 演: 中井貴一・石田ゆり子

ダメ総理と呼ばれた総理大臣黒田啓介が記憶
をなくしてしまう。
国民には秘密にされ、秘書官たちのサポートで
日々の公務をこなすが...



両日とも当日会場でお申し込みください。 ※ 上着・ひざ掛け等を
会場は 多目的ホールです。 ご持参下さい。

総合防災訓練:9月17日(水)9:30~10:30

当日9:30に交流センターにいらしている方々の参加をお願いします。

クラブ紹介

♥ ハートクラブ庵原(太極拳)

活動日は 第1・第2火曜日 19:15~20:45

先生は 勝山道子 先生



※ 太極拳は、バランス能力が培われ、転倒を予防する効果があります。
ゆっくりとした動きで、心身共にリラックスできます。
6名で活動する和気あいあいとしたクラブです。
あなたも一緒に始めませんか! 見学・体験は自由です。

※ 申し込み等詳細については、1階クラブ案内(夜間の部)をご覧ください。

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。

