

2025

6

開館/午前9:00 閉館/午後4:00

Jun.



清開 きらく荘 だより

静岡市在住・おおむね60歳以上の方なら
どなたでも無料でご利用いただける施設です

令和7年6月1日発行



清開きらく荘は静岡市指定
「クーリングシェルター」です

(開館日 時間内 / 10月22日まで利用可能)

年齢問わず、どなたでもご利用いただけます

- 本でも読みながら熱中症対策
- お孫さんとゲームもOK
- きらく荘で涼みましょう♪

イベント・講座

- 終活講座
6/10火曜 10:30
「もらう人・あげる人 相続入門」
お金の相続・気持ちの相続
とても大切なことですね
協力：終活上級カウンセラー 宇佐美先生

- フェリッツコンサート
6/12木曜 13:30
パワー全開！ 歌います！昭和歌謡
聴かせます！楽器の音色♪

楽しいコンサートです
ご近所の方、お誘いの上お越しください
どなたでもウエルカムです

協力：フェリッツ

スポーツ・体操

- だれでもニュースポーツ
6/20金曜 13:30
・・・ポッチャをやります・・・
パラリンピックの種目の1つ
青と赤のそれぞれの持ち球を投げ、
白い目標球に近づけた方が勝つ
シンプルなスポーツです

- ポールウォーキング
夏前のラストウォーキング
 - ・若葉（1時間コース）
6/14土曜・28土曜 10:00
 - ・ハード（1時間半コース）
6/4水曜 9:15
 - ・ハード（2時間強コース）
6/21土曜 9:15
- ※7月～9月(状況で10月)は熱中症対策のため

きらくシアター

- 「オッターという男」 126分
- 6/21土曜 13:30
 - 6/24火曜 9:30
- トム・ハンクス主演

【あらすじ】
町の嫌われ者でいつもご機嫌斜めなオッターは、近所をパトロールしてはルールを守らない人に説教を垂れ、挨拶をされても仏頂面。面倒で近寄り難い存在だった。しかし、そんなオッターも人知れず孤独を抱えている。最愛の妻に先立たれ、仕事も失った彼は、自らの人生を終わらせようとしていた。ところが、向かいの家に越してきた家族が、彼の人生を変えていくことになる。

スマホの使い方

- 6/13 金曜
10:00～10:30 初心者基礎編
今後スマホを使いこなしたい！
用語の説明・基本操作など
積極的に学ぼう！

10:40～12:00 【完全予約】
わからないことに
個々に対応します（1人20分）

ご自分のスマホを
お持ちください

静岡市清水老人憩の家 清開きらく荘
TEL：054-334-1241

〒424-0924 静岡市清水区清開2丁目1-1
TEL:054-334-1241 FAX:054-376-5869



11館ホムダ共通URL:www.fukushi-center.org
労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団

よろず相談 随時受け付けております

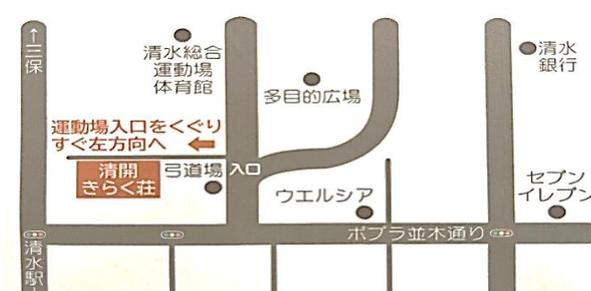
- ・生活面や健康面で不安がある
- ・こんなこと相談していいのかな？
- ・どこに相談すれば良いかわからない

—— 遠慮なくお声かけください ——

令和 7年 6月 清開さらく荘利用計画予定

*詳細は事務所までお問い合わせください

(利用計画予定のため、変更になる場合があります)

火曜日		水曜日		
からだの取説 第1 (3日) 10:30	相続講座 第2 (10日) 10:30 協力：宇佐美先生 	ポールウォーキングハード 第1 (4日) 9:15 1時間半程度歩きます	ピンポン 第1・3 (4・18日) 11:05 初心者向け個人卓球です	
みすず交流会 第3 (17日) 9:15 草取り 10:45 フライングディスク B型就労支援みすずさんと交流	きらくシアター 第4 (24日) 9:30 *第3土曜に同じ映画を上映	色いろ倶楽部 第2・4 (11・25日) 10:00	シニアヨガ 第2 (11日) 10:30 11:15	
木曜日		さわやか体操 第2 (11日) 13:30 14:15	オカリナ教室 第3 (18日) 10:00 初めてコース 11:00 アンサンブル	
オカリナ教室 第1 (5日) 13:30 初めてコース 14:30 アンサンブル	始めてみませんか	呼吸とやさしいヨガ 第3 (18日) 13:30	フオーキングの会 第4 (25日) 13:30 オカリナロビーコンサート復活	
フェリッツコンサート 第2 (12日) 13:30	からだの取説 第4 (26日) 13:30	* * *		
金曜日		しぞ〜かでん伝体操 毎週火曜日 13:30 毎週金曜日 13:30	でん伝わくわく体操 毎週木曜日 10:00 毎週土曜日 10:00	
モルック部 第1 (6日) 10:30	スマホの使い方 第2 (13日) 10:00 スマホの基礎 10:40 質問形式	*14・28日休み		
からだの取説 第3 (20日) 10:30	だれでもニュースポーツ 第3 (20日) 13:30	ラジオ体操と脳トレ 毎週火〜土曜日 9:15	館の近くをポールで 散歩することもできます	
土曜日		*17・24・28日休み		
思い出しの時間 第1 (7日) 13:30	ポールウォーキング若葉 第2・4 (14・28日) 10:00	生活・健康相談日 29日(日) 事前に相談内容が分かれば、専門の相談員に 繋げることができます 随時気軽に声をかけてください		
大人の色鉛筆 第2 (14日) 13:30	きらくシアター 第3 (21日) 13:30	【出張地域活動】 宮加三地区 月曜開館日 16日 9:00 宮加三自治会館		
ポールウォーキングハード 第3 (21日) 9:15	てくてく茶話会 第1 (1日) 13:30 	【きらく荘をさがそう!】		
月曜開館日 (16日)				
ぐるぐる体操 10:30 身体が楽になるよ	のほ本・堂 13:30 午前は個人カラオケです(^^)			どこかな? ここです → 来てね!
【シニアクラブの利用】				清水さわやか舞踊クラブ 8日・22日(日) 13:00 清水女性部会議 17日(火) 13:00 清水会長会 11日(水) 13:00
今月の休館日：2・9・15・23・30日				