



鯨ヶ池だより

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
 静岡市鯨ヶ池老人福祉センター 静岡市葵区下951-1
 TEL 054-294-9778 FAX 054-294-9196
 11館ホームページ共通URL www.fukushi-center.org

日	月	火	水	木	金	土
1日 🔥 午前 ポール🚶 よろずスマホ	2日 休館日	3日 🔥 さわやか🚶	4日 🔥 でん伝体操 ピラティス教室	5日 🔥	6日 🔥 ビリヤード教室	7日 🔥 でん伝体操
8日🔥 午前 ポール🚶 よろずスマホ 映画鑑賞会 ゴジラ-1.0	9日 休館日	10日 🔥 さわやか🚶 姿勢改善教室	11日 🔥 でん伝体操 フレイル講座 生活・健康相談日	12日 🔥 歴史秘話	13日 🔥 ビリヤード教室 フラダンス教室	14日 🔥 午前 でん伝体操 交流の日 子ども理科工作
15日 休館日	16日 休館日	17日 🔥 さわやか🚶	18日 🔥 でん伝体操 ピラティス教室	19日 🔥	20日 🔥 ビリヤード教室 スマホ教室	21日 🔥 でん伝体操 整形外科医 腰痛講座
22日 🔥 午前 ポール🚶 よろずスマホ	23日 休館日	24日 🔥 さわやか🚶 姿勢改善教室	25日 🔥 でん伝体操	26日 🔥	27日 🔥 ビリヤード教室 フラダンス教室	28日 🔥 でん伝体操
29日 🔥 午前 ポール🚶 よろずスマホ	30日 休館日	<div style="border: 2px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center; color: red; font-weight: bold;">お知らせ</p>  <p style="text-align: center;">映画と講演会は 60歳以上の方と 一緒に どなたでも 参加できます。 ご家族・お友達とお越しください。</p> </div>				

★娯楽施設の利用時間★

カラオケ	10時～12時 13時～15時30分 カラオケを利用できない時間帯↓	ビリヤード 9時～16時 金曜午前は教室使用	
	午前不可 上記以外の水・土 6/12 午後不可 6/10・6/24		将棋 9時～16時 囲碁 13時～16時
	終日不可 6/4・6/18・6/21		将棋はご利用場所が変わる日があります。ご了承ください。
大浴場	通常 10時～15時30分 休館日の前日 10時～12時	卓球一般 9時～16時 詳細はHP又はチラシで	

①～③ 予約不要・参加費無料 お気軽にご参加ください

①さわやかウォーキング

②でん伝体操

③ポールウォーキング

毎週火曜日(雨天中止)
時間:9:30～1時間程

毎週水曜・土曜日
時間:10:00～11:15

毎週日曜日(雨天中止)
時間:9:30～1時間程
★ポール貸出します

6月講座等のご案内

6/14
土曜日

施設開放DAY★

鯨ヶ池交流の日



ご年齢関係なくどなたでも施設をご利用いただける日です

♡雨でも楽しい♡ 150畳の大広間でいっぱい遊ぼう♡

子ども理科実験工作

いろいろなものを飛ばしてみよう!

(無料講座)

4つの変った飛行機を作ろう!

時間 13:30~14:30
定員 ご家族10組・先着順
(お子様は小学生以上)
持ち物 はさみ・セロハンテープ
クーピーか色鉛筆



大広間のスケジュール

9:15- 9:20 ラジオ体操
10:00-11:15 でん伝体操
11:30-15:30 モルック
ラダーゲッター
スカットボール

13:00-15:30 カラオケ♪

終日OK

9:00-15:30 卓球・輪投げ

大広間には飲食できる
スペースがあります

お申込み・お問合せ(前日まで受付・休館日除く)

お電話かご来館ください。

☎ 054-294-9778 (10:00-16:00)

お知らせ

映画と講演会は60歳以上の方とご一緒に
どなたでもご参加できます。是非、ご家族・お友達とお越しください



6/8
(日)

ご家族・お友達と 映画鑑賞会

ゴジラ-1.0

出演 神木隆之介・浜辺美波 他

60歳以上の方とご一緒に、どなたでも
鑑賞していただけるようになりました。
1回目10:30~12:30 2回目13:00~15:00



会場 2階 3.4活動室
★事前申し込み不要

6/11(水) 生活・健康相談会

ご家族の介護の相談などもどうぞ
10:30~11:00 1F会議室
お電話にて受付、またはご来館ください

協力 賤機地域包括支援センター

6/11
(水)

話題のフレイル予防を知ろう
健康寿命をぐんと伸ばす
「フレイル予防講座」



時間・11:00-12:00
場所・大広間(事前申込不要)
静岡市 健康づくり推進課
理学療法士によるお話です

6/21
(土)

お医者さんが語る 腰のお話
筋肉を減らしたくない!
「腰を痛めない生活」



時間・13:30-14:30
場所・大広間(事前申込不要)
講師 芳村 直
静岡県スポーツドクター協議会
会長 芳村整形外科医院 院長

よろず相談

お気軽に職員にお声掛けください

日曜の午後はよろずスマホ

ちょっと訊いてみたいスマホの操作。職員が伺います

開催日 休館日を除く日曜日

時間 13:00~14:00 ロビー

