

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 静岡市鯨ケ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

	月	火		水	木	金	土		
						1日	2日 少 でん伝体操		
コーラス・陶芸・などのクラブ活動も盛んです。									
3日	4⊟	5⊟		6 目	7日	8日	98		
少 午前				♨	♨	♨	₩		
ポール 🐧	休館日	休館		」伝体操 Eデルエ作		陶芸体験	でん伝体操 鯨ケ池		
よろずスマホ							フェスタ		
10⊟	11日	12E	1	3⊟	14⊟	15⊟	16⊟		
少 午前			0.00000	#	₩	₩	少 午前		
ボール 歳	休館日	さわやか	火 でん	/伝体操	歴史秘話		でん伝体操		
映画観賞会			健康	相談会	スマホ教室				
よろずスマホ		姿勢改善							
17日	18⊟	19E] 2	20日	21日	22日	23日		
				<u> </u>	♨	全館貸し切り	少 午前		
休館日	休館日	さわやか	~ >	/伝体操		横内地区	でん伝体操		
MAN	Ман		ヤクル	・ト健康教室		お楽しみ会			
24日	25日	26E	3 2	27日	28⊟	29日	30日		
					₩	₩			
休館日	休館日	さわやか	文 でん	/伝体操	スマホ教室	l <u> </u>	でん伝体操		
		姿勢改善	数室			╽┕			
	★娯楽施設の利用時間と利用できない日 ■11/22日は全館貸し切りのためご利用できません								
OPEN CLOSE	カラオケ	10時~12時 13時~15時 毎週水・土は 午前利用できません ビリヤード 9時~16時				時			
予定は変更に	A I	9日 終日	× 12日	午後×	1421H H	₩ 将棋 9 🖦	→16時		
かる場合が		14日 午前	i× 26日	午後×	将棋・囲	考 囲碁 13	時~16時		
あります	大浴場	通常10時~	15時半	卡 地.		9時∼16	時		
ご了承ください	八石场	休館日前日	12時迄		一 卓球一船	× 詳細はHP	又はチラシで		
戦めの良い鯨ケ池で体力づく。 ②でん伝体操 予約不要・参加費無料									
1さわやか	かウォーキ	ング 毎	調水曜・土	曜日	רויביויני	女。多川月			

明600尺分野/高四〇个100 **①さわやかウォーキンク**

毎週火曜日(雨天中止) 時間:9:30~1時間程 鯨ケ池周辺を散策り

★ヘルストロン7台★無料

每週水曜·土曜日 時間:10:00~11:15 でん伝体操の他にも休憩を入れて 1時間程、軽い体操を行います

3ポールウォーキング 毎週日曜日(雨天中止)





★マッサージ機2台**★無料**

「静岡気分」掲載 来年1~3月 教室生慕集

教室名	期間	時間	定員	
姿勢改善	1/28 • 2/18	13:30~	50人	
エクササイズ	3/11 • 3/25	14:30	307	
歴史秘話講座	1/9 • 2/13	10:30~	40人	
企文 化 前 再 庄	3/13	11:30		
スマホ教室	1/9 • 1/23	10:30~	10人	
(持参)	3/13 • 3/27	11:30	10人	
初めての	1/10 • 24 • 2/14	9:30~	10人	
陶芸教室	2/28 3/14 • 29	13:30	10%	

申込等詳細は、市広報紙「静岡気分」 11月号をご覧ください。

映画観賞会

永遠のスター 高倉健 没後10周年 山田洋次監督

「幸せの黄色いハンカチ」

出演: 高倉健・武田鉄矢・桃井かおり

何度観ても胸がジーンとする 日本のロードムービーの代表作!

スクリーンで在りし日の健さんと再会…



午前10:30~12:30

午後13:00~15:00

会場:2F活動室

定員各18名(予約不要

施設開放イベントの日 鯨ケ池フェスタ

★地域ふれあいデー★ 南側駐車場はイベント会場に でん伝体操で世代間交流!

一些語。信語或指

水曜日

毎日の生活の中で、何か不安なこと 相談したいことはありませんか?



個別でお話を伺います 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

11/20 (水曜日)

ヤクルト健康教室

腸、元気ですか?

免疫力を鍛える5つのコツをご紹介



「腸内環境を大切にして 生活習慣を整えよう」

睡眠改善で話題のヤクルトの教室

11:00~12:00 大広間

協力 中央静岡ヤクルト販売株式会社

11月3日・10日は よろずスマホ

ちょっと聞いてみたいスマホの操作 職員スズキが伺います

13:00~14:00 1Fロビー



★ご要望に応じられないこともあります。

日曜日

鯨ケ池演芸発表会士

9:30-12:30 大広間

当センターで活躍中の各クラブの皆様に 日頃の練習の成果をご披露していただきます

ご自由に観覧・お楽しみ下さい



よろず相談 いつでも受け付ております

些細なことでもお気軽に職員にお声掛けください