



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
鯨ヶ池老人福祉センターってどんなところ？ 静岡市在住の60歳以上の方の施設です。大浴場（100円）完備 マッサージ機・ヘルストロン・カラオケ・卓球・囲碁・将棋・ビリヤードの設備があり、無料でご利用いただけます。陶芸・ヨガ・彫刻などクラブ活動も盛んです。 						1日 🔥 でん伝体操
2日 🔥 午前 演芸 発表会 よろずスマホ	3日 休館日	4日 休館日	5日 🔥 でん伝体操 編物教室	6日 🔥	7日 🔥 墨絵教室	8日 🔥 でん伝体操 交流の日 染物体験
9日 🔥 午前	10日 休館日	11日 🔥 さわやか ウォーキング 姿勢改善教室	12日 🔥 でん伝体操 介護制度講座 生活・健康相談	13日 🔥 歴史秘話教室	14日 🔥	15日 🔥 午前 でん伝体操 モルック交流会
16日 休館日	17日 休館日	18日 🔥 さわやか ウォーキング	19日 🔥 でん伝体操 編物教室 徳洲会講演会	20日 🔥 市政出前講座	21日 🔥 スマホ教室 墨絵教室	22日 🔥 でん伝体操
23日 🔥 午前 演芸発表会 予備日 よろずスマホ	24日 休館日	25日 休館日	26日 🔥 でん伝体操	27日 🔥	28日 横内地区 社会福祉協議会 お楽しみ会	29日 🔥 でん伝体操
30日 🔥 午前 ポール ウォーキング よろずスマホ	 ヘルストロン 無料		 マッサージ機 2台 無料		お風呂★100円 	

★娯楽施設の利用時間★

カラオケ	AM 10時～12時 PM 13時～15時30分 ↓利用できない時間帯	ビリヤード	9時～16時
	午前不可 毎週水・土・11/2・11/13・11/20	将棋 囲碁	将棋 9時～16時 囲碁 13時～16時
	午後不可 11/11 終日不可 11/5・11/8・11/19・11/28	卓球一般	ご利用場所が変わる日があります 9時～16時 詳細はHP又はチラシで
大浴場	通常 10時～15時30分 休館日の前日 10時～12時 入浴料 100円		

♪予約不要・参加費無料・お気軽にお越しください

①さわやかウォーキング

毎週 火曜日 9:30-10:30

②でん伝体操

毎週水・土 10:00～11:15

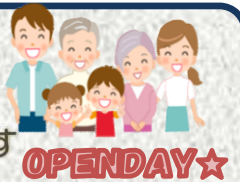
③ポールウォーキング

11/30・日曜日 9:30-10:30

11/8
土曜日

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



折り染めしよう！

和紙を折って色を染みこませます。広げると、綺麗な模様にな！
できた紙は 下敷きやブックカバーにしましょう。

13:30-15:00 大広間 ★ 体験時間は30分(予約不要)

どなたでも体験できます★参加費無料 ※汚れてもよい服装でご参加下さい

折り染めとは 紙を折った角を染料につけ、染み込ませて
模様を作る、染めの技法です



和紙を▲におり
染料につけます



和紙を広げます



広げて乾燥



ラミネートして
完成 ★★

11/2
日曜日

演芸発表会

8つのクラブが目頃の活躍を披露します
60歳未満の方もご観覧下さい



10:00-12:30 会場 大広間

11/15
(土)

初めてでも面白い

モルック交流会

11:30-12:30 会場 大広間

11/20
(木)

講演
静岡市
歴史文化課

「駿府城ってどんな城？」

駿府城 発掘調査の最新情報
をお伝えします。

10:30-11:30 大広間

★講演会は60歳以上の方と同伴で受講できます

11/12
(水)

講演
賤機地域包括支
援センター

「困る前に知ろう！
介護保険制度」

知ってる人は利用している
介護保険サービス

11:30-12:10 大広間

★でん伝体操は短縮して行います

11/19
(水)

講演
静岡徳洲会
病院

徳洲会講演会

入院して寝たきりにならないために
あなたの姿勢はまっすぐですか？
看護師さん・理学療法士さんによる
講話です

13:00-14:00 大広間

★定員25名(先着順)

11/12(水)生活・健康相談の日 10:30-11:00

予約制 お電話または当館受付まで
ご家族の介護の相談などどうぞ
協力 賤機地域包括支援センター



よろず相談

生活・健康面のお悩みや困りごとなど

スマホの操作 相談日

開催日 11/2・11/23・11/30 11/9は中止

時間 13:00~14:00 ロビー

職員が伺います。要件により応じられないこともあります

