

1月号 用宗だより

令和 8年 1月 1 日発行 No.472
 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
 静岡市用宗老人福祉センター
 静岡市駿河区用宗5丁目21-10
 電話 054-257-2022
 FAX 054-257-1496
 11 館ホームページ共通URL www.fukushi-center.org

日	月	火	水	木	金	土
 明けましておめでとうございます 本年もよろしくお願いいたします 				1日	2日	3日
				休館日	休館日	休館日
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
休館日	休館日	もちむね サロン 脳トレ・ ストレッチ	ポール ウォーキング	でん伝体操 午前・午後	脳トレ・ ストレッチ	でん伝体操 午前 シン・カラオケ体操 ポールウォーキング
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
でん伝体操 午前 風呂12時まで	休館日	休館日	ポール ウォーキング	市政出前講座 生活・健康相談日 でん伝体操 午前・午後	認知症予防 講座 大広間貸切 脳トレ・ストレッチ	世代間 交流の日 風呂12時まで
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
休館日	休館日	脳トレ・ ストレッチ	世代間 交流の日	でん伝体操 午前・午後	脳トレ・ ストレッチ	世代間 交流の日
25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
歌声サロン でん伝体操：午前 風呂12時まで	休館日	脳トレ・ ストレッチ	健康講座 ポール ウォーキング	税理士無料 相談会 でん伝体操 午前・午後	脳トレ・ ストレッチ	世代間 交流の日

市政出前講座

『知っておきたい税知識』

日時：1月15日（木）13時半～14時半
 定員：30人（要申込み） 企画協力：静岡市 市民税課

個人住民税のお話です。確定申告の時期がもうすぐですから、今一度確認の意味で住民税を勉強してみませんか。

1月健康講座 毎月1回開催

1月は『動脈硬化について』

日時：1月28日（水）10時半～12時
 定員：30人（要申込み） 企画協力：静岡徳洲会病院

世代間交流の日 にやってみませんか

しぞ～かでん伝体操

1：木曜日（2階 大広間） ①10時15分～②12時45分～
 2：土曜日（1階 地域交流室）①10時15分～
 3：日曜日（2階 大広間） ①10時15分～

みんなで運動の時間

1：ポールウォーキング 毎週水曜日・土曜日 10時～
 2：脳トレ・ストレッチ 毎週火曜日・金曜日 11時～
 3：フリースペースで でん伝体操・わくわく体操 毎日使用可能

《よろず相談》 いつでも受け付けています！

認知症予防講座

～自分の人生を自分らしく楽しむために～

日時：1月16日（金）13時半～15時
 定員：30人（要申込み）

企画協力：SHIZUOKA bloom 看護師 石橋明日香さん

《2階 大広間貸切・企画に伴う施設利用変更》					日程
日付	カラオケ	大広間①・②	卓球	ビリヤード	
6日（火）	午前× 午後○	午前× 午後○	○	○	1月15日（木） 10時～11時
14日（水）	午前○ 午後×	午前○ 午後×	○	○	
16日（金）	×	×	○	○	協力 長田・丸子地域包括 支援センター （要申込み）
21日（水）	午前× 午後○	午前× 午後○	午前× 午後○	○	
24日（土）	午前○ 午後×	午前○ 午後×	○	○	
25日（日）	午前○ 午後×	午前○ 午後×	○	○	

1月♥世代間交流の日

17(土)・21(水)・24(土)・31(土)

年齢問わずどなたでも施設をご利用
いただける日です！お子様だけでも大歓迎！
(当日直接お越しください。)

☆ 輪投げ ①17(土)・31(土) 9時～12時
②21(水)・24(土) 13時～15時

☆ 卓球：①21(水) 13時～15時半
②17(土)・24(土)・31(土) 9時15分～15時半

各日、
いろいろ実施
下記参照

- ☆ 17(土) 「コグニサイズ講座」
- ☆ 21(水) 「静岡県警察音楽隊コンサート」
- ☆ 24(土) 「災害講座」自然災害に備えるために！
「人生100年時代の健康を育む！」
- ☆ 31(土) 「富士山世界文化遺産出前講座」

静岡県警察音楽隊コンサート & 特殊詐欺被害防止講座

日時：1月21日(水) 10時半～12時
※ 10時半～11時 講話 11時～12時 コンサート
♪「静岡県警察音楽隊」の素晴らしい演奏をお楽しみください。
♪「特殊詐欺被害防止講座」が行われます。
(静岡南警察署・生活安全課)
～電話機対策をして特殊詐欺被害を防ぎましょう！～

災害講座

～自然災害に備えるために！～

日時：1月24日(土) 10時半～12時
定員：30人(要申込み)

災害情報を正しく理解していますか？

企画協力：東海大学名誉教授 川上 哲太郎さん

富士山世界文化遺産出前講座

講演者 静岡県富士山世界遺産センター
学芸課 松島 仁 教授

『日本の美と心 - 富士山』

日時：1月31日(土) 13時～14時半
定員：30人(要申込み)

富士山絵画一千年の歴史をたどりながら、「芸術の源泉」としての文化的な意義について考えます。

人生100年時代の健康を育む！

『骨の健康について』

日時：1月24日(土) 13時～15時
①13時～14時「骨ウエーブ測定」「握力測定」
※ 当日先着20人まで
※ 測定対象は高校生以上

②14時～15時
座学「骨の健康について」
運動「歩き方・運動方法のレクチャー」
企画協力：meiji(有)駿府宅配センター

歌声サロン

日時：1月25日(日) 13時～14時

“カラオケバージョン”でみんなで歌いましょう！
唱歌、フォークソング、演歌などジャンルは問わず、歌声喫茶の雰囲気を楽しみましょう！
お気軽にご参加ください。

企画協力：望月 泰宏 さん

楽しいコグニサイズ講座

日時：1月17日(土) 13時～14時

「コグニション(認知)」と「エクササイズ(運動)」を
組み合わせて、楽しく脳を活性化し、体の機能を鍛え
ましょう！ 企画協力：南部交流センター 職員

もちむねサロン 1月6日(火) 10時～11時半

税理士無料相談会

日時：1月29日(木) 13時～15時
協力：東海税理士会 静岡支部 ※ 要申込み

2月 予告 城山中学校吹奏楽コンサート

日時：2月7日(土) 11時～11時半