



6月号 用宗だより

令和7年6月1日発行 No.465
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
1館ホームページ共通URL www.fukushi-center.org

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------------------------|-----|--|---------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|--|
| 1日 | 2日 | 3日 | 4日 | 5日 | 6日 | 7日 |
| でん伝体操 午前 風呂12時まで | 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 | シン・カラオケ体操 でん伝体操：午前 ポールウォーキング |
| 8日 | 9日 | 10日 | 11日 | 12日 | 13日 | 14日 |
| でん伝体操 午前 風呂12時まで | 休館日 | コツコツ体操 脳トレ・ ストレッチ | ひばり幼稚園 おゆうぎ ポール ウォーキング | でん伝体操 午前・午後 | 骨盤力アップ 講座 脳トレ・ストレッチ 利用者懇談会 | 映画上映会 でん伝体操：午前 ポールウォーキング 風呂12時まで |
| 15日 | 16日 | 17日 | 18日 | 19日 | 20日 | 21日 |
| 休館日 | 休館日 | 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 生活・健康 相談 | 市政出前講座 脳トレ・ ストレッチ | コグニサイズ講座 でん伝体操：午前 クリーンアップデー ポールウォーキング |
| 22日 | 23日 | 24日 | 25日 | 26日 | 27日 | 28日 |
| でん伝体操 午前 風呂12時まで | 休館日 | コツコツ体操 脳トレ・ ストレッチ | 健康講座 ポールウォーキング 大広間貸切 | でん伝体操 午前・午後 | 骨盤力アップ 講座 脳トレ・ ストレッチ | 映画上映会 でん伝体操：午前 ポールウォーキング |
| 29日 | 30日 | <p>《生活・健康相談》 ※要申込み 6月19日(木) 10時~11時 協力：長田・丸子地域包括支援センター</p> | | | | |
| 歌声サロン でん伝体操：午前 風呂12時まで | 休館日 | | | | | |

輪投げ

室内でできます！



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

《映画上映会》

※ 申込み不要

☆ 午前の部 10時~ ☆ 午後の部 13時~

第1回：6月14日(土)

『ハッピーフライト』

綾瀬はるか、田辺誠一らが出演
航空業界の日常をコミカルに描いた作品

第2回：6月28日(土)

『ハスラー2』

ポール・ニューマン、トム・クルーズの
2大スターが共演



トレーニングスクール60 (介護予防運動) 実施中



初めての方、いつでも体験でき
ます。お気軽にご参加ください。

時間：9時~15時

トレーニングジム

《2階大広間貸切・企画に伴う施設利用変更》

| 日付 | カラオケ | 大広間①・② | 卓球 | ビリヤード |
|--------|---------|---------|----|-------|
| 3日(火) | 午前× 午後○ | 午前× 午後○ | ○ | ○ |
| 25日(水) | × | × | ○ | ○ |
| 29日(日) | 午前○ 午後× | 午前○ 午後× | ○ | ○ |

当館は「クーリングシェルター」の指定施設です。 ☆ 10月22日(水)まで開設 9時~16時(休館日を除く)

外出時に危険な暑さから逃れるための一時避難所としてご利用いただけます。どなたでも自由にご利用いただけますので体調に異変を感じた際には、ぜひお気軽にご利用ください。



骨盤力アップ講座

～ 知っておこう、
これからの排泄機能と骨盤力アップ～

日時： 6月13日（金）10時半～12時
27日（金）13時半～15時

※ いずれか1回のみ参加可能

定員： 各回 20人（要申込み）

気になる尿漏れ・頻尿・便秘、正しく知って
しっかりケア。「座学」と「運動」実施

企画協力：長田地域包括支援センター 青島さん

市政出前講座

『知っておきたい！
食中毒を防ぐポイント』

日時： 6月20日（金）13時半～14時半
定員： 30人（要申込み）

梅雨の季節は食中毒に気を使いますね。
ご家庭で簡単にできる食中毒を防ぐ
ポイントを考えてみましょう。



企画協力：静岡市環境保健研究所

6月 健康講座

～ 7年度毎月1回開催します！～

日時： 6月25日（水）10時半～12時
定員： 30人（要申込み）

6月は 

『食中毒と手指衛生について』

～ 一緒に手洗いチェック
してみませんか？～



企画協力：静岡徳洲会病院

“コツコツ体操” 教室

～ 運動を毎日続けましょう！～

開催曜日： 7月～9月 ※ 3ヶ月間
第2・4火曜日

開催時間： 13時～14時

定員： 18人（要申込み・多数抽選）

申込期間： 6/1（日）～ 6/22（日）

※ 初めての人 優先



もちむねサロン

日時： 6月3日（火）10時～11時半

なつかしい映像を観ながら思い出して、
おしゃべりやゲームで楽しみましょう!!

楽しいコグニサイズ講座

日時： 6月21日（土）13時～14時15分

「コグニション（認知）」と
「エクササイズ（運動）」を組み合わせ、
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

歌声サロン



日時： 6月29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



6月11日（水）11時～11時15分

ひばり幼稚園 園児の
みなさんにおゆうぎを
披露していただきます。



クリーンアップデー

日時： 6月21日（土）9時～
みんなできれいにしましょう！



《よろず相談》いつでも受け付けています！

悩みごと、困りごとはありませんか。生活面、
健康面、精神面、介護のことなど、各種相談に
ついて、いつでも受け付けています。



お知らせ



～ 悪天候時のご利用について～

静岡市南部に警報（大雨・暴風）が発表された
場合は、館での各事業、活動は休止となります。
あらかじめご了承ください。

～ 空き部屋のご利用について～

◇ 5人以上で利用可能 ◇ 見学常時可能
（同窓会、趣味の会、おしゃべりなど）

