

10月

10月号

用宗だより

令和 7年 10月 1 日発行
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
「悪天候時のご利用について」 静岡市南部に「大雨警報」「暴風警報」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。			1日	2日	3日	4日
			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	映画上映会 シン・カラオケ体操 でん伝体操：午前 ポールウォーキング
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
でん伝体操 午前 大広間貸切：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	フレイル栄養講座 ポールウォーキング	聞こえの確認の会 でん伝体操 午前・午後	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
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18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	でん伝体操 午前・午後 生活・健康相談日	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 ポールウォーキング 風呂12時まで
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
休館日	休館日	脳トレ・ストレッチ	健康講座 ひばり幼稚園おゆうぎ ポールウォーキング 大広間貸切：午後	でん伝体操 午前・午後	脳トレ・ストレッチ	でん伝体操 午前 ポールウォーキング 作品展・準備
26日	27日	28日	29日	30日	31日	11月1日
作品展 歌声サロン でん伝体操：午前 風呂12時まで	休館日	← 作 品 展 →				でん伝体操：午前 ポールウォーキング
			ポールウォーキング	でん伝体操 午前・午後		

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

生活・健康相談日 10月16日（木） 10時～11時
協力：長田・丸子 地域包括支援センター ※要申込み

《 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
5日（日）	午前× 午後○	午前× 午後○	○	○
7日（火）	午前× 午後○	午前× 午後○	○	○
8日（水）	午前○ 午後×	午前○ 午後×	○	○
22日（水）	午前○ 午後×	午前○ 午後×	○	○
26日（日）	午前○ 午後×	午前○ 午後×	○	○

《 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：10月4日（土）
『翔んで埼玉』
究極のパロディ、埼玉県も公認の話題作
第2回：10月11日（土）
『人魚の眠る家』
“東野圭吾” 作 ヒューマンミステリー
上映中

♪ 歌 声 サ ロ ン ♪
日時：10月26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

～ 令和7年度 活 動 発 表 会 ～ ☆ 世代間交流企画 ☆

当センターで活動している「クラブ」が日頃の成果を発表します。

年齢問わず、どなたでもご自由にご覧いただけます。ご家族、お友達をお誘い合わせの上、ぜひお越しください！

☆ 作 品 展



日 時： 10月26日（日）～11月1日（土）
9時半～15時半 ※ 10月27日（月）休館日

会 場： 当センター 1階 ロビー / 会議室 / 地域交流室

≪ 出展クラブ ≫

かな書道 / 水彩画 / 折り紙 / エコクラフト / 手編み
彫刻（能面・刻字） / 布ぞうり / 筆遊び

♥ チャリティーバザー

10月26日（日）10時～13時

☆ 彫刻（能面・刻字）

☆ 折り紙 ☆ 筆遊び

♥ ワークショップ 開催

10月26日（日）10時～12時

手編みクラブ主催

♥ 「オリジナル革フローチ」づくり

定員：30人 参加料：無料

♪ 演 芸 大 会

日 時： 11月30日（日）9時半～12時半

コーラス、ウクレレ、ハーモニカ、社交ダンス、フラダンス、カラオケのクラブが発表します。



フレイル栄養 講座

日 時： 10月8日（水）10時半～11時半
定 員： 30人（要申込み）

～大人の食育～

食べているつもりでも栄養が足りていますか？
食が細くなっていますか？ もしかしたら
低栄養状態かも… 元気で長生きするための
食事方法を学びましょう。

企画協力：静岡市 健康づくり推進課

📖 市 政 出 前 講 座

『身につけよう

高血圧の正しい知識とその対策』

日 時： 10月17日（金）13時半～14時半

定 員： 30人（要申込み）

高血圧でお悩みの方が数多くいると聞きますが、
正しい知識はどれくらいの方がお持ちでしょうか？

企画協力：静岡市立清水病院 病院経営企画課

聞こえの確認の会

日 時： 10月9日（木）10時～13時の間
当日受付

難聴について正しく知り、自分の聞こえを
確かめよう！

※一人当たり20分～30分程度かかります。

♥ 10月 健康講座 ～毎月1回開催～

日 時： 10月22日（水）10時半～12時

定 員： 30人（要申込み）

10月は🌈『心臓のおはなし』

～あなたの心臓は大丈夫ですか？～

企画協力：静岡徳洲会病院

楽しいコグニサイズ 講座

日 時： 10月18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、

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 10月7日（火）13時～14時

10月22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。



《よろず相談》 いつでも受け付けています！

「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）