



5月号 用宗だより

令和 7年 5月 1日発行 No.464
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

11館ホームページ共通URL www.fukushi-center.org

日	月	火	水	木	金	土
トレーニングスクール60 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				1日	2日	3日
				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 風呂12時まで
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
休館日	休館日	休館日	休館日	でん伝体操 午前・午後	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
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	コツコツ体操 脳トレ・ ストレッチ	楽しい折り紙 講座 ポールウォーキング	でん伝体操 午前・午後 生活・健康相談	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
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24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	市政出前講座 脳トレ・ストレッチ	3館合同ポール ウォーキング でん伝体操：午前
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	コツコツ体操 脳トレ・ ストレッチ	健康講座 折り紙講座 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	腸元気講座 脳トレ・ ストレッチ	ポールウォーキング （予備日） 3館合同ポール ウォーキング でん伝体操：午前

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》 5月10日（土）

☆午前の部 10時～ ☆午後の部 13時～

『男はつらいよ
♥寅次郎あじさいの恋』



ヒロインは「いしだあゆみ」シリーズ

生活・健康相談

5月15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

《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。



7年7月 開講「教室生募集」のお知らせ

※ 申し込み等の詳細は、
静岡市広報紙「静岡気分」5月号をご覧ください。

教室名	開催曜日	開催時間	回数	定員	教材費等
スマホ (スマホ貸出)	第1・3水曜 7月～9月	10時～11時半	6	20	-
布ぞうり工作	第2・4水曜 7月～9月	13時～15時	6	10	1,300円
トレーニング スクール60	火曜～日曜	終日	-	各日10	-

《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
20日（火）	午前X 午後0	午前X 午後0	0	0
25日（日）	午前0 午後X	午前0 午後X	0	0
28日（水）	午前0 午後X	午前0 午後X	0	0

静岡3館（長尾川・鯨ヶ池・用宗）合同イベント

ポールウォーキング in 用宗

～薫風爽やかな5月に用宗海岸を歩きませんか！～

日時：5月24日（土）10時15分集合 ※雨天延期 5/31（土）

定員：10人（要申込み・多数抽選）

※詳細は事務所までお問い合わせください。



📖 市政出前講座

『知ってて安心、介護保険のこと』

～介護保険制度の概要について～

日時：5月23日（金）13時半～14時半

定員：30人（要申込み）

介護保険ってどんな時に役立つの？ 内容がわかれば将来への不安も少しはなくなるかな？

企画協力：静岡市駿河区高齢介護課

❤️ 5月 健康講座

～7年度毎月1回開催します！～

日時：5月28日（水）10時半～12時

定員：30人（要申込み）

5月は🌈『認知症について』

- ☆ 認知症とは..
- ☆ 認知症の人の思い
- ☆ 笑いの大切さ
- ☆ 認知症の予防
- ☆ コミュニケーションテクニック

企画協力：静岡徳洲会病院

🎏 楽しい折り紙講座

日時：5月14日・28日（水）

10時～12時

定員：15人（要申込み）

子どもの頃、誰もが親しんだ折り紙。紙があればどこでも楽しめ、指先を使って脳トレにもなります。折り紙クラブの講師と一緒に楽しみましょう!!

企画協力：折り紙クラブ講師 竹下 秀子さん



🍊 腸元気生活のすすめ講座

日時：5月30日（金）10時半～12時

定員：30人（要申込み）

腸年齢は何歳？チェックシートでの腸年齢チェックと腸を健康に保つための食生活・お通じについて聞いてみましょう～

企画協力：中央静岡ヤクルト販売（株）



🍬 楽しいコグニサイズ講座

日時：5月17日（土）13時～14時15分

定員：20人（要申込み）

「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：5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



もちむねサロン

日時：5月20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!!

～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（同窓会、趣味の会、おしゃべりなど）

お気軽にご相談ください！



令和7年度新体制でスタートしました。よろしくお願いたします。

新館長 挨拶

この度4月1日付けで着任いたしました、牧野と申します。皆さまが安心、安全で楽しく活動できる施設を目指し、サポートいたします。

よろしくお願いたします。

静岡市用宗老人福祉センター 館長 牧野 雅博