

9月号 2024

長尾川だより



令和6年9月1発行 No 138
 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
 静岡市長尾川老人福祉センター 静岡市葵区長尾117番地
 電話 054-265-1415
 FAX 054-265-1410
 11館ホームページ共通
www.fukushi-center.org



日	月	火	水	木	金	土
1 ☼午前	2	3 ☼	4 ☼	5 ☼	6 ☼	7 ☼
でん伝体操 きみまろ ライブ 大広間貸切	休館日	でん伝体操 ミニランポ 大広間貸切	でん伝体操 市政出前講座 "人生100年時代 高齢者社会を..."	午後 の でん伝体操 免疫講座	でん伝体操	瀬名中央 大広間貸切
8	9	10 ☼	11 ☼	12 ☼	13 ☼	14 ☼
千代田東 全館貸切	休館日	でん伝体操 生活・健康相談	でん伝体操	午後 の でん伝体操 総合防災訓練	でん伝体操 美空ひばり "不死鳥コンサート"	音楽のひろば 大広間貸切 ※お風呂は 午後もあり ます
15	16	17	18 ☼	19 ☼	20 ☼	21 ☼
西奈 全館貸切	瀬名一丁目 全館貸切	休館日	でん伝体操 	ミエちゃん講座 午後 の でん伝体操 体組成測定	でん伝体操 歯科相談 	映画 上映会 "タイタニック 前・後編"
22 ☼午前	23	24	25 ☼	26 ☼	27 ☼	28 ☼
でん伝体操 長尾川 小劇場	休館日	休館日	でん伝体操	午後 の でん伝体操 	でん伝体操 	ロックの日 【矢沢永吉】 大広間貸切
29 ☼午前	30	<div style="border: 2px solid purple; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">よろず相談受付中!</p> <p>生活面、健康面、精神面など、 困りごとがありましたら、 遠慮なく職員にご相談ください。</p> </div>				
でん伝体操 長尾川 小劇場	休館日					

総合防災訓練

12 (木) 9:30~
皆さまのご参加を
お願いします。

大広間利用できない日

AM	日・火・水・金
PM	木
終日	1 (日) 3 (火) 7 (土) 8 (日) 13 (金) 14 (土) 15 (日) 16 (月) 21 (土) 28 (土)

卓球場利用できない日

AM	14 (土) 28 (土)
----	---------------

定期相談会 (事前申込不要)

- ★生活・健康相談 長尾川地域包括支援センター
第4火曜日 9月10日 (火) 13時~14時
- ★歯科相談 竜爪園 歯科衛生士
第3金曜日 9月20日 (金) 10時~11時

熱中症対策に

「涼み処」としてご利用ください。
※当館は「クーリングシェルター」
の指定施設です。

※変更する場合があります。予めご了承ください。



9月講座等のご案内



きままるライブ 大広間

9月1日(日) 13:30~ 73分

『爆笑最新ライブ』

★あの綾小路きままるのライブを
中高年のみなさま、一緒に
大笑いしませんか!!!

【市政出前講座】人生100年時代

~高齢者社会を安心していきぬくために~

9月4日(水) 13:30~15:00

協力:清水病院 技監兼看護師長 若杉妙美さん

★健康を維持していくための運動・食事や健やかに生活していくには? 専門家にあなたのこれからのことを訊いてみませんか★



美空ひばり★不死鳥コンサート★

★東京ドームにて★

9月13日(金) 13:30~ 約2時間

伝説の昭和の歌謡界を代表する女王を
ユーチューブで楽しもう!

ミエちゃん講座

9月19日(木) 10:00~11:00

講師:理学療法士 鈴木三恵さん

★"膝の仕組みを知ろう"

膝の「動き」「力」「柔軟性」という機能に注目し、膝の負担を減らすために気を付けたいポイントや運動方法を専門家に教えてもらいましょう★

長尾川小劇場 地域交流室

9月22日(日) 歴史秘話ヒストリア

★幕末編③坂本龍馬と中岡慎太郎

9月29日(日) 歴史秘話ヒストリア

★幕末編④勝海舟

★9:30~ 繰り返し上映します。

「午後の筋トレ始めます」

毎週木曜日 13:30~15:00 大広間

★人生100年時代を楽しむ筋力づくりをしましょう!
青春時代に流行したダンスや歌を取り入れた楽しい講座です。
気軽に普段着で参加してください。



免疫講座

9月5日(木) 10:00~11:30

8月29日締切

協力:ヤクルト 健康管理士 西山公代さん

★免疫を鍛えよう!

健康長寿を目指しているあなたに、
ホルモンバランスを整え、免疫力を鍛え、
毎日元気に過ごすにはどうすればいいのか
教えてもらいましょう。

音楽のひろば※毎月第2土曜日

9月14日(土) 10:00~11:30

9月7日締切 大広間

持ち物:タオル、水分補給

講師:岡部五月先生

★色々な音楽に合わせて、
全身を使って、楽しく踊りませんか★
※途中での入退出はご遠慮ください。



映画上映会 ★タイタニック★

9月21日(土) 前編 10:00~

後編 13:00~ 大広間

あらすじ:イギリスのサウサンプトン港から豪華客船【タイタニック号】が処女航海に出航し、新天地アメリカに夢を抱く画家志望の青年ジャックは上流階級の娘ローズと運命的に出会い...

※お弁当の予約は事務所にお申込みください。



ロックの日【矢沢永吉】

★サブウェイ エクスプレス ライブ インハウス★

9月28日(土) 10:00~

ツアードキュメント等を取めた映像です。

永ちゃんの熱いライブを一緒に楽しみませんか。

大広間利用のご案内

★カラオケ

★囲碁・将棋

一階フロアのご案内

★卓球

★ビリヤード

★クーリングシェルター