

10月号 2025

長尾川だより



令和7年10月1日発行 No 151
 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
 F A X 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 ☼	2 ☼	3 ☼	4 ☼
			でん伝体操 	ポールウォーキング 筋力アップ 午後のでん伝体操	でん伝体操 	音楽のひろば ニュースポーツ 体験会
5 ☼ 午前	6	7 ☼	8 ☼	9 ☼	10 ☼	11 ☼ 午前
でん伝体操 	休館日 	でん伝体操 	でん伝体操 	ポールウォーキング スマホ講座 筋力アップ 午後のでん伝体操	でん伝体操	映画上映会 "はたらく 細胞" "続 深夜食堂"
12	13	14	15 ☼	16 ☼	17 ☼	18 ☼ 午前
振替休館日 	休館日 	休館日 	でん伝体操 KYT(危険予知 トレーニング) システム講座	ポールウォーキング まごころ講座 筋力アップ 午後のでん伝体操 体組成測定	でん伝体操 歯科相談	音楽のひろば クラブ作品展示 準備⇒
19	20	21 ☼	22 ☼	23 ☼	24 ☼	25 ☼
休館日 	休館日 	でん伝体操 生活・健康 相談日 クラブ作品展示 ⇒	でん伝体操 わくわく広場 クラブ作品展示 ⇒	ポールウォーキング 筋力アップ 午後のでん伝体操 クラブ作品展示 ⇒	でん伝体操 クラブ作品展示 ⇒	(演芸発表会 リハーサル) クラブ作品展示 ⇒
26 ☼ 午前	27	28 ☼	29 ☼	30 ☼	31 ☼	※18(土) ~28(火) ビリヤード・ 卓球はご利用 できません。
演芸発表会 クラブ作品展示 ⇄	休館日 	でん伝体操 美川憲一&大江裕 オンラインコンサート 初めてのポール ウォーキング クラブ作品撤収	でん伝体操 折り紙教室 	ポールウォーキング 筋力アップ 午後のでん伝体操	でん伝体操 モルック教室 	

大広間ご利用できない日のご案内

午前	日・火・水・金・18(土)
午後	木
終日	2(木)4(土)7(火)9(木) 11(土)21(火)22(水)23(木) 25(土)26(日)31(金)

わくわく広場 会場：大広間

10/22(水)13:30~15:00

★軽い体操・なぞなぞ・グループ対抗
 ゲーム・みんなで手話などなど
 いつまでも健康で元気に過ごすため
 一緒にワクワクしましょう★



クラブ活動発表会

作品展示：10/18(土)~26(日)/28(火)搬出
 演芸発表会：10/26(日)9:30~12:30

★クラブ活動している皆様の日頃の成果を
 お友達、ご家族、地域の皆様お誘い合わせて、ぜひ観に来てください。



クーリングシェルター

・危険な暑さから逃れるために、
 どなたでも、ご自由にご利用
 ください。

9:00~16:00
 10/22(水)まで





講座等のご案内

※開催2日前に5名未満の場合は開催されませんので、必ず各自確認の問い合わせを、9:30~15:30までの時間帯にお願いいたします。また、内容変更になる場合があります。

ニュースポーツ体験会 会場:大広間

10月4日(土)13:30~15:00

締切日:9/27(土)

★ラダーゲッター、スカットボール、モルック、輪投げなど、一緒に楽しく体を軽く動かしませんか★

初めてのポールウォーキング(室内)

10月28(火)13:30~1時間程度

締切:10/22(火)※ポール貸出可

持ち物:屋内外用靴、靴袋

★ポールを使って、少ない負担で運動効果の高いウォーキングが行えます★



KYT(危険予知トレーニング)システム講座 ★危険に対する予測の向上★

10月15日(水) 1回目:10:00~11:30 2回目:13:30~15:00

各20人 締切:10/8(水) 主催:静岡市生活安全安心課

・実際の運転に近い動画映像を見ながら瞬時の認知・判断力を測って、危険予測能力を高める講座です。ぜひ、参加してみませんか。

NEW講座

無料



スマホ講座

10月9日(木)10:30~11:30

定員:15名 締切日:10/2(木)

持ち物:スマホ、筆記用具、靴袋

協力:ドコモショップ新北街道店 様

★アプリ★(スマホ貸出可・事前申込み)

・どんなアプリを使えば、便利に使えるようになるのか、専門家に教えてもらいませんか。



まごころ講座

10月16日(木)10:00~11:30

締切日:10/9(木)

協力:まごころ 社会福祉士 石井達也 様

★人生100年時代の終活の備え★

・「介護施設について」安心な選び方など専門家に一度聞いてみませんか。



折り紙教室

10月29日(水)13:30~

締切日:10/22(水)

持ち物:ハサミ、靴袋

毎回異なる作品と一緒に楽しく作ってみませんか。



映画上映会 大広間

★はたらく細胞★

10月11日(土)【午前の部】9:40~109分

出演:永野芽郁 佐藤健 ほか

・健康的な高校生と不規則で不摂生な日々を送る父親、二人の体内に危険な病原体の魔の手が迫り、細胞たちは彼らの健康を維持するため...

★続 深夜食堂★

【午後の部】13:30~108分

出演:小林薫 佐藤浩市 松重豊 他

・路地裏にたたずむ深夜営業の小さな食堂「めしや」を舞台に...



ポールウォーキング

毎木曜日10:00~ 1時間程度

暑さ指数25以上や前日16時以降から

雨が降った場合には中止となりますので、当日9時以降に事務所に問い合わせください。

※ポール貸出可(事務所に申し出ください)



モルック教室 ※会場:大広間

10月31日(金)13:30~ 1時間程度

締切日:10/24(金)

持ち物:靴袋

★とても簡単なルールで、どなたでも無理なく楽しくできます★



定期相談会(事前申込不要)

★歯科相談 竜爪園 歯科衛生士

第3金曜日 10月17日(金)10時~11時

★生活・健康相談日 長尾川地域包括支援センター

第3火曜日 10月21日(火)13時~14時



よろず相談受付中!

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。

