



浜路の郷だより

清水南部交流センター



当交流センターは、年齢制限なくどなたでもお申込みいただけます。

お子様1人で参加・お友達同士で参加・ご家族（親子お孫さん）と参加など、みなさんで楽しい時間をお過ごしください♪

でん伝体操	火曜日	3・10・17日	A 9:15 B 10:30	大人の塗り絵 教室	和室 講師の日	6日(金)	9:30
	土曜日	7・14・21 28日			小会議室	13・20・27日(金)	9:30
骨盤力アップ教室		16日(月)	A 9:15 B 10:30	笑楽音（えがお）教室		5・19日(木)	10:00
リズムダンス		21日(土)	13:30	折り紙教室		4・18日(水)	10:00
ニュースポーツ の日	ボッチャ	5・19日(木)	13:30	思い出サロン		4日(水)	13:30
	ゴルフ	16日(月)		メロディオン教室		7日(土)	13:30
ポールウォーキング教室 <small>A＝アクティブコース、M＝ミディアムコース、S＝ソフトコース</small>	8・22日(日)		A 9:30	エコクラフト 教室	A	3・10日(火)	9:00
	12・26日(木)		S 13:00 M 14:30		B	5・19日(木)	9:00
やさしいコグニサイズ		27日(金)	13:30	ローズウィンドウ教室		28日(土)	13:30
ストレッチヨガ教室		28日(土)	A 13:30 B 14:30				



高齢者から幸齢者へ

笑いヨガ

【日 時】2/13（金）13:30
【募 集】30人
【講 師】禅叢寺（ぜんそうじ）
寺庭 木下様



毎回大人気講座！笑いは副作用のない薬。そして終わったら身体がほぐれてスッキリします。

今月のキッズサークル

「折り紙アート」



【日 時】2/14（土）13:30
【募 集】10組(友達・家族・ひとり参加)
【材料費】一人 200円
【持ち物】水筒・タオル
1枚の紙が、封筒やみんなが知ってるキャラクターに変身・・・
色んな折り方を覚えて、お友達へのお手紙に添えてみよう！

～次回：コラージュdeカード～

お子さん同士での部屋利用OK

部活やクラブの自主トレ、勉強などにご利用ください(要申込)

体操・ヨガ教室のご案内

見学・体験お待ちしております

冬は寒さのため外出機会が減り、自宅でじっとしている時間が長くなります。春に向かって体を動かし下肢の筋力・柔軟性を鍛えましょう！

でん伝体操

【毎週火曜日・土曜日】

A 9:15～10:15
B 10:30～11:00



ストレッチヨガ教室

【第4土曜日】

A 13:30～14:15
B 14:30～15:15



骨盤力アップ教室

【第3月曜日】

A 9:15～10:15
B 10:30～11:30



令和8年2月



清水南部交流センター 利用計画表

予定が変更になる場合がございます。

日	曜日	和 室	小会議室	多目的ホール	作業室	グラウンド 青空広場
1	日	西町		西町		
2	月	休 館 日				
3	火	エコクラフトA すみれ会		でん伝体操		
4	水	デイサービス	折り紙教室、開放日	思い出サロン	デイサービス	
5	木	エコクラフトB		笑楽音教室、ニュースポーツの日 卓球ゆりの会		
6	金	大人の塗り絵教室 講師の日		スカットボールクラブ、吹き矢		
7	土			でん伝体操 メロディオン教室		
8	日		ポールA	卓球チームA、ピアノクラブ		ポールA
9	月	休 館 日				
10	火	エコクラフトA すみれ会	重ね絵クラブ	でん伝体操 駒卓クラブ、卓球スローリー		
11	水			休 館 日		
12	木	手芸クラブ	己書幸座 ポールS・M	ディスコン、卓球さくら		ポールS・M
13	金	迎山シニアクラブ 中2うぐいす	大人の塗り絵教室	輪投げクラブ、笑いヨガ 太極拳		
14	土	キッズサークル	ティアレケア	でん伝体操 北町自治会		
15	日	休 館 日				
16	月	南町自治会		骨盤力アップ教室 ターゲットバードゴルフ、中1自治会		
17	火	東町先人会	己書幸座	でん伝体操、東町自治会		
18	水	西町クラブ すみれ会	折り紙教室、開放日	デイサービス、キッズ3B体操	デイサービス	
19	木	エコクラフトB ボーイスカウト		笑楽音教室、ニュースポーツの日 卓球ゆりの会	生活・健康 相談日	
20	金	港南つくし会	大人の塗り絵教室	スカットボールクラブ 吹き矢、太極拳		
21	土			でん伝体操、リズムダンス		
22	日		ポールA	ピアノクラブ		ポールA
23	月	休 館 日				
24	火	休 館 日				
25	水	南町和楽会		子育て支援（ママといっしょ） 卓球チームA、卓球フリック		
26	木	手芸クラブ	ポールS・M 買い物支援	ディスコン、卓球さくら		ポールS・M
27	金	中2睦会	大人の塗り絵教室	輪投げクラブ、 やさしいコグニサイズ、太極拳		
28	土	女性部カラオケ	ローズウィンドウ教室	でん伝体操、ストレッチヨガ教室		

よろず相談随時お受けします

生活・健康面・スマホ操作などの他、さいなこと
でも心配事がありましたら、ご相談ください

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
静岡市清水南部交流センター 〒424-0903 静岡市清水区駒越南町9-50
tel 054-335-0609 fax 054-376-6718
11館ホームページ共通 URL www.fukushi-center.org