

# 羽衣荘だより 3月号

令和8年3月1日発行

No.152

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  
静岡市清水折戸老人福祉センター 羽衣荘  
TEL 054-336-3117  
〒424-0902 静岡市清水区折戸4-8-53  
11館共通URL [www.fukushi-center.org](http://www.fukushi-center.org)

日	曜日	大広間		和室		多目的室		グラウンド	
		AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
1	日		世代間交流の日		世代間交流の日	スカットボール (自由参加日)	スカットボール (自由参加日)		
2	月								
3	火					※雨天時使用	ラダーゲッター	マーガレット	
4	水		ふれあいの会	羽衣クラブ	ひまわり	マンカラの日	折紙教室	シニア°タンク	
5	木	※雨天時使用	SWC		生活・健康相談日 折戸シニア	切り絵を 楽しむ会	初心者切り絵	モルック	
6	金	ニチレクボール クラブ	輪投げ	22会				ショートボール ウォーキング	
7	土	シニアヨガ		ハーブの会		太極拳クラブ	ディスコンA		
8	日		茜会			スカットボール クラブ			
9	月								
10	火		ハミング	※雨天時使用	白波会				パタンク
11	水		脳レク		羽衣クラブ	BB会	折紙教室	シニア°タンク	
12	木		リズムで ストレッチ	ニチレク サークル		桜会	※雨天時使用	スカットボール (自由参加日)	グランマ
13	金				お話寺子屋		スカットボール (自由参加日)	スローエアロビ	
14	土			折戸シニア 女性部	さざんか		ディスコンB	ボールウォーキング MG潮彩	
15	日								
16	月		カラオケ自由参加日			スカットボール (自由参加日)	スカットボール (自由参加日)		
17	火		年金女性部 友の会		さざ波	※雨天時使用	ラダーゲッター	マーガレット	
18	水		ふれあいの会	囲碁の日		ぐるぐる体操 体験会		シニア°タンク	
19	木	※雨天時使用			ひばり会	切り絵を 楽しむ会	初心者切り絵	モルック	
20	金								
21	土	シニアヨガ				太極拳クラブ	ディスコンA	マーガレット	
22	日	茜会	世代間交流の日		世代間交流の日	スカットボール クラブ	世代間交流の日		
23	月								
24	火	春の音楽会	※雨天時使用		白波会		スカットボール (自由参加日)		パタンク
25	水		折戸シニア	囲碁の日	あじさい	スカットボール (自由参加日)		シニア°タンク	
26	木		リズムで ストレッチ	ニチレク サークル	カトレヤ	※雨天時使用	虹の会	グランマ	
27	金					彩の会	スローエアロビ		
28	土	脳トレ	スカットボール 大会準備				スカットボール 大会準備	ボール ウォーキング	
29	日	スカットボール大会	世代間交流の日		世代間交流の日	スカットボール 大会	世代間 交流の日		
30	月								
31	火					ディスコンB	重ね絵クラブ		



でん伝体操 9:00~9:45



テレビ体操 9:00~9:20

## 「世代間交流の日」

「世代間交流の日」はおじいちゃん・おばあちゃんから子どもさんまでみんな一緒に楽しむ日です。予約は不要で子どもだけでも参加できます。

1日(日)(予約不要)

午後1:30～3:30



「ニチレクボール」「マンカラ」「スカットボール」

22日(日)(予約不要)

午後1:30～3:30



「輪投げ」「マンカラ」「ラダーゲッター」

29日(日)(予約不要)

午後1:30～3:30



「ニチレクボール」「マンカラ」「スカットボール」

## 「ぐるぐる体操」体験会



18日(水) 10:00～11:00

20名

関節の動きをよくする体操です！



「ぐるぐる体操」は関節をぐるぐる動かすことで硬くなった関節の動きをよくし眠っている筋肉を目覚めさせます。

### ☆教室(随時参加可能)

自由参加日は教室生以外の方も参加できます。ニュースポーツの楽しさを体験してみませんか？※前日までに参加希望者が5名以下の場合は中止です。



でん伝体操

毎週火・木・土

9:00～



テレビ体操

毎週水・金・日



9:00～

スカットボール  
(自由参加日)

1日(日)・13日(金)  
16日(月)・25日(水)

9:30～

1日(日)・12日(木)  
16日(月)・24日(火)

13:30～

### ☆教室(予約制)

マンカラの日

4日(水)

9:30～

レッツ！脳レク

11日(水)

9:30～

脳トレしましょう！

28日(土)

10:00～

囲碁の日

18日(水)・25日(水)

9:00～

ちぎり絵

随時：ロビーで活動中

カラオケ  
自由参加日

16日(月)

10:00～12:00

13:00～15:00

募集人数(予約制)  
午前15名  
午後15名

当日の受付は致しませんので前日までに申込書に記名をお願いします。5名未満の場合は中止になります。

### 生活・健康相談日(予約制)

5日(木) 13:30～15:00



松原地域包括支援センターの相談員による健康や介護等の相談会です。予約は3/3(火)までをお願いします。

よろず相談受け付けます。

羽衣荘では随時各種相談受け付けています！

塚本先生の

## 楽しい春の音楽会

～歌でめぐる昭和100年～

自分史と重ねて、一緒に歌いましょう！



24日(火) 10:00～11:00

講師：塚本伸一様

東海大学付属静岡翔洋小学校教諭

羽衣荘杯

## 「スカットボール大会」

29日(日) 9:00～開会式

- ① チームの3人が揃ったら9:00までに受付を完了してください。
- ② 参加者の変更があった時は早めに事務所に連絡をしてください。

参加チームの皆さん頑張ってください！

羽衣荘の利用について・「世代間交流の日」のお問い合わせは電話またはご来館ください。

☎054-336-3117