

清水東部老人憩の家だより



【発行】令和 8年 4月 1日 通巻149号
 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
静岡市清水東部老人憩の家
 〒424-0204静岡市清水区興津中町1288
 ☎ 054-369-5513 Fax 054-376-6438
 11館ホームページ 共通URL
 www.fukushi-center.org



「世代間交流の日」は年齢を問わず当館を利用できます！

【卓球】

日時： ※裏面”卓球台開放日”をご覧ください。 場所： 多目的ルーム

【ニュースポーツ教室】

日時： 4月26日(日) 午前10時～11時 場所： 大広間

※10人以上の参加で開催します

【3B体操教室】

日時： 4月7日(火)・21日(火) 午前10時～11時30分 場所： 大広間

【リズム体操教室】

日時： 4月28日(火) 午前10時～11時30分 場所： 大広間

【スローエアロビ教室】

日時： 4月18日(土)・25日(土) 午後1時30分～3時 場所： 多目的ルーム

【ポールウォーキング教室】

日時： 4月5日(日) 午前10時～11時 場所： 興津川遊歩道

【カラオケの日】

日時： 2日(木)・10日(金) 午後1時30分～3時 場所： 大広間

「市政出前講座”みんなで守ろう静岡市の文化財”」

日時： 4月14日(火) 午前10時～11時

場所： 大広間

協力： 静岡市歴史文化課



「医療講座”認知症の簡単チェック”」

日時： 4月17日(金) 午前10時～11時

場所： 大広間

協力： 静岡徳洲会病院



定期講座のご案内

「でん伝体操」・「わくわく体操」開催中です！

【毎週水・土曜日コース】

座位コース： 9時～10時

立位コース： 10時15分～11時15分

【第2・4木曜日コース】

10時～11時

※ご希望の時間にお越しください。



教室名	日 時	場所
ラジオ体操	毎週 火曜日, 木曜日, 金曜日 午前9時30分	駐車場
笑楽音教室	4月9日(木) 午前10時	大広間
歌声広場	4月3日(金) 午前10時	大広間
骨盤力アップ体操教室	4月20日(月) 午後1時30分	大広間
大人の塗り絵広場	4月24日(金) 午前10時	多目的ホール
利用委員会総会	4月30日(木) 午後1時30分	大広間

令和 8年4月 利用計画表

日	月	火	水	木	金	土
	 ↑「世代間交流の日」 年齢問わず当館を利用できます		1 東町八千代会・中町シニア	2 カラオケの日	3 歌声広場	4 新興津歌謡クラブ
			でん伝体操/カトレア	ふじの会	卓球	でん伝体操
			着物同好会		編み物クラブ	
5	6	7	8	9	10	11
SNOKクラブ	休館日	3B体操	あいあいくらぶ	笑楽音教室	カラオケの日	寿歌謡会
卓球		ソーイングクラブ/洋裁クラブ	でん伝体操	でん伝体操/興津三役会	利用委員会監査	でん伝体操/折り紙クラブ
ボールウォーキング		ブルメリア		ひまわり踊りの会	興津花の会	
12	13	14	15	16	17	18
新興津歌謡クラブ	休館日	市政出前講座	八木間長寿会・県団シニア	両河内シニア	医療講座	昭友会
コスモス		卓球	でん伝体操/カトレア	ふじの会	卓球	でん伝体操/スローエアロビ
			着物同好会	ひまわり踊りの会	編み物クラブ	
19	20	21	22	23	24	25
休館日	環境整備(興津)/骨盤体操	3B体操	あいあいくらぶ	SNOKクラブ	昭友会	寿歌謡会
	きよみカフェ/卓球	ソーイングクラブ/洋裁クラブ	でん伝体操	でん伝体操	大人の塗り絵広場	でん伝体操/スローエアロビ
	生活・健康相談日		興津花の会		色鉛筆藤の会	
26	27	28	29	30	【利用委員会総会】	
ニューススポーツ教室	休館日	リズム体操	休館日(昭和の日)	利用委員会総会	日 時：4月30日 13:30~	
コスモス		卓球		卓球	場 所：大広間	
					対 象：各地区シニアクラブの委員・各クラブ団体の代表者	

【環境整備の日】

3月の「環境整備の日」は「両河内地区」の皆様ありがとうございました。
 4月の「環境整備の日」は「興津地区」の皆様です。
 よろしく願いいたします。

計画表の見方



日付
大広間
多目的ホール
和室

「卓球台開放日」

卓球に興味のある方大歓迎、未経験者もOK!です。
 日時：3日(金)、5日(日)、14日(火)、17日(金)、
 20日(月)、28日(火)、30日(木)
 ※ 3日、5日、14日、17日、28日、30日は午前9時~午後3時
 ※ 上記以外は午後1時30分~3時

「よろず相談事随時受付」

日々の生活の中で不安を感じている皆様へ!
生活相談・健康相談を随時受け付けています。お気軽にお声掛けください!



「認知症カフェ(きよみカフェ) 開催しています!」



当館では、毎月第3月曜日 午前の「定期相談日」に別室にて「認知症カフェ」を開催しています。認知症が気になる方、心配な方、専門家(きよみの里 保健師)が相談にのってくださいます。是非、一度来館してみてください!