

# 清水東部老人憩の家だより



【発行】令和6年10月1日 通巻131号  
 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](http://www.fukushi-center.org)



## 「市政出前講座」ご存じですか？正しい薬の使い方」開催！

正しい薬の使い方を学びましょう！

日時：令和6年10月31日(木)午前10時～11時  
 場所：憩の家 大広間  
 協力：静岡市立清水病院



## 「憩の家室内運動会」開催！

どなたでも参加できます。みんなで楽しく運動会に参加しましょう！

日時：令和6年10月8日(火)  
 午前10時～11時30分  
 場所：憩の家 大広間



## 「カラオケ愛好会合同カラオケ祭り」開催！

カラオケクラブの皆様の歌声をお楽しみください。観覧自由です。

日時：令和6年10月6日(日) 午前10時～  
 場所：憩の家 大広間



## 「三地区シニアクラブ合同グラウンドゴルフ大会」

興津・小島・両河内地区シニアの皆様が参加します。応援自由です。

日時：令和6年10月20日(日) 午前9時～  
 場所：新興津緑地公園多目的広場  
 ※雨天のときは10月28日(月)となります。



## 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
3B体操教室	10月1日(火)、22日(火) 午前10時	大広間
スマホ教室	10月4日(金) 午前10時	多目的ホール
カラオケ愛好会合同カラオケ祭り	10月6日(日) 午前10時	大広間
憩の家室内運動会	10月8日(火) 午前10時	大広間
笑楽音教室	10月10日(木) 午前10時	大広間
歌声広場	10月11日(金) 午前10時	大広間
映画鑑賞会(ミッションインポッシブル)	10月11日(金) 午後1時	大広間
ポールウォーキング教室	10月13日(日) 午前10時	興津川遊歩道
切り絵教室	10月29日(火) 午後1時30分	多目的ホール
映画鑑賞会(半落ち)	10月18日(金) 午後1時	大広間
スローエアロビ教室	10月19日(土)、26日(土) 午後1時30分	多目的ホール
三地区シニア合同グラウンドゴルフ大会	10月20日(日) 午前9時	新興津緑地公園多目的広場
骨盤力アップ体操教室	10月21日(月) 午後1時30分	大広間
大人の塗り絵広場	10月25日(金) 午前10時	多目的ホール
写経広場	10月25日(金) 午後1時30分	多目的ホール
リズム体操教室	10月29日(火) 午前10時	大広間
市政出前講座	10月31日(木) 午前10時	大広間

### 【映画鑑賞会】



#### 「ミッションインポッシブル7 デッドレコニングPART ONE」を上映します。

令和6年10月11日(金) 午後1時～3時

トム・クルーズ主演の人気シリーズ第7弾。シリーズの随所に巡らされた伏線が交差するシリーズ集大成作品！主演：トムクルーズ、共演：ピング・レイムス、サイモン・ペッグ他。ぜひ、お越しください。

※鑑賞希望の方は事前に申込書の記入をお願いします。

#### 「半落ち」を上映します。

令和6年10月18日(金) 午後1時～3時

男はなぜ最愛の妻を殺したのか。男はなぜあと1年だけ生きる決心をしたのか。半落ちに仕込まれた”合わせ鏡”の見事さに魂を根底から揺さぶられる！主演：寺尾聡、共演：柴田恭兵、原田美枝子他。

※鑑賞希望の方は事前に申込書の記入をお願いします。

# 令和 6年10月 利用計画表

日	月	火	水	木	金	土
 		1	2	3	4	5
		3B体操教室	八木間長寿会・中町シニア	SNOKクラブ	小島シニア	新興津歌謡クラブ
		プルメリア	でん伝体操/カトレア	ふじの会	スマホ教室	でん伝体操
		ソーイングクラブ	着物同好会	興津シニア三役会	ひまわり踊りの会	茶話会 
6	7	8	9	10	11	12
カラオケ愛好会 合同カラオケ祭り	休館日	憩の家室内運動会	あいあいくらぶ	笑楽音教室	歌声広場/ 映画鑑賞会	寿歌謡会
		卓球教室	でん伝体操	でん伝体操	興津花の会	でん伝体操
		茶話会 	茶話会 	茶話会 	茶話会 	折り紙クラブ
13	14	15	16	17	18	19
ポールウォーキング教室	休館日 (スポーツの日)	休館日	東町八千代会・ 県団シニア	両河内シニア	映画鑑賞会	昭友会
コスモス			でん伝体操	ふじの会	ひまわり踊りの会	でん伝体操/ スローエアロビ教室
茶話会 			着物同好会/ カトレア	川柳の会	茶話会 	茶話会 
20	21	22	23	24	25	26
休館日 (三地区シニア 合同グラウンド ゴルフ大会)	環境整備(愛好会)/ 骨盤力アップ体操教室	3B体操教室	あいあいくらぶ	SNOKクラブ	新興津歌謡クラブ	寿歌謡会
	きよみカフェ	ソーイングクラブ	でん伝体操	でん伝体操	大人の塗り絵広場/ 写経広場	でん伝体操/ スローエアロビ教室
	生活・健康相談日	茶話会 	興津花の会	茶話会 	茶話会 	茶話会 
27	28	29	30	31	※お知らせ※ 今月からポールウォーキング教室を再開します。興津川遊歩道を一緒に歩きましょう。大勢の皆様の参加をお待ちしています。日時 10月13日(日) 10:00~ 雨天の場合は中止となります。	
興津スポーツ大会 反省会	休館日	リズム体操教室	昭友会	市政出前講座		
茶話会 		切り絵教室	でん伝体操			

## 【環境整備の日】

9月の「環境整備の日」は「興津（八木間地区）」の皆様ありがとうございました。  
10月の「環境整備の日」は「各クラブ団体」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

## 【3B体操教室】募集中！

毎月第1・第3火曜日、午前10時から11時まで音楽に合わせて仲間と一緒に楽しく健康づくりができます。憩の家大広間で開催します。希望者は事務所まで申し込みお願いします。  
※今月は第1・第4火曜日です。



## 「相談事随時受付中！」

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！