

清水東部老人憩の家だより



【発行】令和 7年 5月 1日 通巻138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



「市政出前講座”高齢者の排泄障害・失禁・便秘のケア”」開催！

高齢者の排泄障害・失禁・便秘のケアを学びましょう！
 日時：5月1日(木) 午前10時～11時
 場所：憩の家 大広間
 協力：静岡病院



「JA出前講座”遺言のすすめ・最近のお葬式事情”開催！

遺言・最近のお葬式事情について学びましょう！
 日時：5月23日(金) 午前10時～11時
 場所：憩の家 大広間
 協力：JAしみず



「卓球教室」開催！

卓球に興味のある方、未経験者もOK！です
 日時：2日(金), 11日(日), 14日(水), 16日(金), 21日(水),
 25日(日), 28日(水), 29日(木), 30日(金)
 ※2日, 16日, 27日, 29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



「フォークソングの集い」開催！

懐かしいフォークソングの演奏をお楽しみください。
 日時：5月8日(木) 午後1時30分～
 場所：憩の家 大広間
 協力：宮加三サンパック



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
JA出前講座	5月1日(木) 午前10時	大広間
卓球教室	2日(金), 11日(日), 14日(水), 16日(金), 21日(水), 25日(日), 28日(水), 29日(木), 30日(金)	多目的ホール
笑楽音教室	5月8日(木) 午前10時	大広間
フォークソングの集い	5月8日(木) 午後1時30分	大広間
歌声広場	5月9日(金) 午前10時	大広間
映画鑑賞会(ショーシャンクの空に)	5月9日(金) 午後1時	大広間
ポールウォーキング教室	5月11日(日) 午前10時	興津川遊歩道
3B体操教室	5月13日(火). 20(火) 午前10時	大広間
映画鑑賞会(嘘八百 なにわ夢の陣)	5月15日(木) 午後1時	大広間
スローエアロビ教室	5月17日(土). 24日(土) 午後1時30分	多目的ホール
骨盤力アップ体操教室	5月19日(月) 午後1時30分	大広間
JA出前講座	5月23日(金) 午前10時	大広間
映画鑑賞会(お終活 再春! 人生ラブソティ)	5月23日(金) 午後1時	大広間
大人の塗り絵広場	5月23日(金) 午前10時	多目的ホール
写経広場	5月23日(金) 午後1時30分	多目的ホール
リズム体操教室	5月27日(火) 午前10時	大広間

【映画鑑賞会】



「ショーシャンクの空に」を上映します。

5月9日(金) 午後1時～午後3時

囚人レッドと無実の罪で収監された元銀行副頭取アンディの友情を軸にした数々の軌跡が描かれる。映画ファンに愛される名作として語り継がれています。主演：ティム・ロビンズ & モーガン・フリーマン。ぜひ、お越しください！！

※鑑賞希望される方は事前に申込書の記入をお願いします。

「お終活 再春! 人生ラブソティ」を上映します。

5月23日(金) 午後1時～午後3時

千賀子と真一は結婚50年の節目を迎え、順風満帆。ある日、千賀子は終活フェアで梓から再春を勧められるが、思わぬ騒動が持ち上がり……出演：橋爪功、高畑淳子、剛力彩芽、西村まさ彦他。ぜひ、お越しください！！

※鑑賞希望される方は事前に申込書の記入をお願いします。

令和7年5月 利用計画表

日	月	火	水	木	金	土
◆◆◆今月は映画3本上映します！◆◆◆ 裏面の【映画鑑賞会】もご覧ください				1	2	3
「 嘘八百 なにわ夢の陣 」を上映します 日時：5月15日(木) 午後1時～3時				ふじの会	卓球	休館日 (憲法記念日)
				茶話会	茶話会	
4	5	6	7	8	9	10
休館日 (みどりの日)	休館日 (こどもの日)	休館日	東町八千代会・ 県団シニア でん伝体操/ カトレア	笑楽音教室/ フォークソング	歌声広場/ 映画鑑賞会	新興津歌謡クラブ
			着物同好会	でん伝体操/ 興津シニア三役会	興津花の会	でん伝体操/ 折り紙クラブ
				ひまわり踊りの会	茶話会	茶話会
11	12	13	14	15	16	17
SNOKクラブ	休館日	3B体操	あいあいくらぶ	映画鑑賞会	但沼・宍原シニア	寿歌謡会
コスモス/ 卓球		洋裁クラブ	でん伝体操/ 卓球	ふじの会	卓球	でん伝体操/ スローエアロビ教室
ボールウォーキング		プルメリア	茶話会	ひまわり踊りの会	茶話会	茶話会
18	19	20	21	22	23	24
休館日	環境整備(興津)/ 骨盤力アップ体操教室	3B体操	八木間睦会・ 中町シニア	SNOKクラブ	JA出前講座/ 映画鑑賞会	昭友会
	きよみカフェ	ソーイングクラブ/ 洋裁クラブ	でん伝体操/ 卓球	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	プルメリア	着物同好会/ カトレア	茶話会	茶話会	茶話会
25	26	27	28	29	30	31
興津シニア総会	休館日	リズム体操	あいあいくらぶ	新興津歌謡クラブ	昭友会	寿歌謡会
コスモス/ 卓球		ソーイングクラブ	でん伝体操/ 卓球	卓球	卓球	でん伝体操
茶話会		茶話会	興津花の会	茶話会	茶話会	茶話会

【環境整備の日】

4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。
5月の「環境整備の日」は「興津地区」の皆様です。
よろしくお願いいたします。



計画表
の見方

日付
大広間
多目的ホール
和室

【茶話会】開催!



憩の家の和室をお好きな時間に自由にお使ください。
お友達を誘ってお茶やコーヒー(無料)を飲みながら、皆で楽しくお喋りなどができでしょうか?
詳しくは事務所までどうぞ。

「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!