

平成30年度 11月号



湖東荘だより



浜松市老人福祉センター 湖東荘

＊開館時間：9:00～16:30 休館日：毎週月曜日

＊入浴サービス：H29年2月よりお休みしています。

＊ご利用出来る方：60歳以上の市民



浜松市西区和地町1833番地の1

電話/FAX (053) 486-0650

5人以上のグループにはお部屋をお貸しできます。

「相統事例で学ぼう」
講座開催しました！



失敗？成功？具体的に症例をあげの説明は、大変分かり易かったです。1千万以下の家庭が最も争いがあることも聞き、大変難しい身近な問題であり、事前の知識や行動は遺族を守ると感じました。

ふれあいフェスタ開催です！
開催期間：11/9-11日、13日・14日

お待ちしております！



この期間に限り60歳未満の方でも内覧できます。是非、利用者の一所懸命な姿を見て元気やパワーを感じて下さい。みんな笑顔が弾けていますよ！

講座の募集！

①お楽しみ脳トレ講座

ゲームやクイズ等脳細胞全開！笑って運動して全身でリフレッシュしましょう。

日時：11月3日(土) 13時30分～
参加費：無料

②折り紙(扇の鶴)講座

お正月やお祝い等に最適な折り方です。いつもと違う鶴の折り方を楽しみませんか？

日時：11月24日(土) 10時00分～
材料代：250円

催し物のご案内



～ 11月 ～

3日(土) お楽しみ脳トレ講座

7日(水) 健康講話(看護協会)

9日-11日、13日・14日 ふれあいフェスタ

18日(日) 長謡会発表会

21日(水) 健康講話(湖東病院)

24日(土) 折り紙講座(扇の鶴)

～ 12月 ～

6日(木) お楽しみ脳トレ講座

11日(木) 世代間交流

19日(水) そば打ち講座

19日(水) 健康講話(湖東病院)



年勝年始はお休みをいただきます
12/29～1/3

大募集中！
見学も大歓迎
お待ちしております！



元気はつらつ教室のご案内 11月予定

☎ 486-0650

火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
誕生会 13日～17日		1	2	3
		お休み	手話	手話
6	7	8	9	10
もくせい会	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム
13	14	15	16	17
カラオケ	カラオケ	カラオケ	カラオケ	カラオケ
20	21	22	23	24
ゲーム	リアル野球盤	こらぼ講座	お休み	リアル野球盤
27	28	29	30	
リアル野球盤	手話	リアル野球盤	リアル野球盤	



皆でゲームがたのしいなあ～。

金曜日の皆さん



認知症予防に一番いいよ！

健康相談

- * 開催日時 11月21日（水）10時～15時
- * 会場 湖東荘 談話室
- * 内容 健康相談 身体測定ほか
- * 次回予定 12月19日（水）10時～15時

インフルエンザの 予防接種を受けましょう！



インフルエンザの例年の流行のパターンは、11月下旬から12月上旬に始まり、翌年の1～3月頃にピークになり、4～5月かけて減少していくパターンが多いようです。

インフルエンザの抗体は、予防接種後約2週間後から上昇し始め、約1ヶ月でピークに達して約5ヵ月継続すると言われております。このため、11月末までに接種することをお勧めします。

- 接種時期 なるべく11月末までに！！
 - 65歳以上の方は積極的に予防接種を！！
- なお、浜松市では、季節性インフルエンザの予防接種費用を一部助成の制度があるようです。

詳しくは西区健康づくり課

電話番号：053-597-1174

に問い合わせるか、市ホームページで確認してください。

※手洗い・うがい・マスクの着用など
しましょう！

館長のつぶやき

近頃朝夕めっきり寒くなってまいりました。皆様には如何お過ごしでしょうか。

さて、湖東荘では11月9日～11日、13日・14日に、湖東荘ふれあいフェスタを開催します。

この湖東荘ふれあいフェスタは、平成18年度に第1回を開催し、以来湖東荘を利用される皆さんの日頃の練習成果のご披露や地域や世代間の交流を目的としまして開催されています。

昭和46年に開館以来、長い歴史を刻んでまいりまして、利用者・同好会士との連帯感が醸成され、地域の皆さんとの融合が生まれてきたと思っています。

このフェスタが開催されることにより、より多くの皆さんに湖東荘についてさらに知っていただき、多くの方々にご利用いただけるように努めてまいります。