

平成30年 11月号

江之島荘だより

浜松市老人福祉センター江之島荘

開館時間：午前9時～午後4時30分 休館日：毎週月曜日 浜松市南区江之島町606番地

入浴時間：午前11時～午後3時 入浴料：100円/1回 ☎ 053-425-9907

ご利用できる方：60歳以上の浜松市在住の方



体力測定参加者募集



みんなで楽しく日常生活の体力を測ろう！！

日時：12月20日(木) 午前 10時00分～12時00分

12月20日(木) 午後 13時30分～15時00分

場所：江之島荘 大広間 参加費：無料

対象：65歳以上の方

申込方法：12月13日(木)までに老人福祉センター江之島荘

その他：動きやすい服装・室内で履ける運動靴・飲み物をお持ちください。

- 個人の体力診断結果が届き、運動習慣や生活を見直すことができます。
- 診断結果に基づいたトレーニングメニュー(運動方法)も後日届きます。

看護講座 『脳卒中を予防するための生活指導』

講師聖隷浜松病院 脳卒中リハビリテーション看護 認定看護師 藤田 三貴さん

日時 11月16日(金) 午後13時30分～14時30分

場所 江之島荘 2階 元気はつらつ教室

皆さんお誘い合わせの上ご参加ください。

クリスマスコンサート

出演 コリンスハーモニー・ひまわり会

日時 12月4日(火) 午後13時00分～14時30分

会場 江之島荘 大広間

皆さんお誘いの上、お越しください♪♪

★頑張った運動会★



金メダル！紅組優勝チーム！

プログラム
 選手入場
 開会式
 玉入れ
 ワールドカップ
 サッカーゲーム
 休憩
 パン争奪戦
 買い物競争
 表彰式
 閉会式



5人の息を合わせての玉入れです♪
 ふたりのタイミングが合わないと
 うまく籠に入りません



くるくと上手に手を使って
 好みのパンゲットのために頑張りました♡

元気はつらつ教室は
 利用者さん募集中です
 お問い合わせは
 浜松市老人福祉センター江之島荘
 電話 425-9907
 または右記 包括支援センターへ

金メダルをめざし
 紅白それぞれの
 チームが力を合わせ
 て頑張りました。
 楽しい競技に
 良い汗をかいた
 一日でした♪

