

江之島だより

令和3年8月号

開館時間：午前9時～午後4時30分
休館日：毎週月曜日

ご利用できる方
浜松市在住の60歳以上の方
中学生以下の子どもとその保護者
高齢者や子どもを支援する活動に関わる方

ふれあい交流センター江之島
浜松市南区江之島町 606 番地
電話/FAX(053)425-9907

浜松市社会福祉協議会ホームページでも見る您可以通过。

【お願い】新型コロナウイルスが依然として流行しています。新しい生活様式でお願いします。
流行状況により、**行事やイベントが延期や中止になることもあります。**ご承知おきください。



募集

『けいらくピクス講座』(全6回)

陰陽をふまえ季節に合わせた運動プログラム
手で触れることのできない内臓や組織を整える簡単な運動

日時：9/28、10/12・26、11/9・23
12/14(火曜日)
10:00~11:30

場所：大広間

講師：鈴木直美先生

対象：市内在住の60歳以上の方

定員：25名

参加費：無料

持ち物：水分補給用飲料・ヨガマットまたは
大きめのバスタオル

締切：9月10日(金)

『美姿勢トレーニング講座』(全6回)

背骨と骨盤が本来の動きを取り戻し、美姿勢をつくる事で身体の不具合改善、顔のたるみにも効果が期待できます。男女問わずどなたでも!

日時：9/4・18、10/9・23、
11/13・27(土曜日)
13:30~15:00

場所：大広間

講師：若松宏美先生

対象：市内在住の60歳以上の方

定員：25名

参加費：無料

持ち物：水分補給用飲料・ヨガマットまたは
大きめのバスタオル

締切：8月28日(土)

申込方法

往復はがき(〒430-0844 浜松市南区江之島町 606 ふれあい交流センター江之島)

または E-mail (csw-enoshima@major.ocn.ne.jp) に

※講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を記載してお申込ください。

応募者多数の場合は抽選

ご案内

◆ 生きがい相談

8月20日(金)

10:00~12:00

機能回復訓練室

高齢者相談センター三和職員の方による健康や生活に関する相談等



◆ 西伊場バラエティー座

8月20日(金)

13:15~14:15

大広間

フードドライブに

ご協力をお願いします

※賞味期限が2カ月以上あるもので、

常温保存でき、未開封のもの

※実施期間

8月1日~8月31日

※希望食品

レトルト食品、インスタント食品、缶詰など

※詳しくは、事務局にお問い合わせください。

はつらつ教室です

夏の壁画できました!!
教室は 夏 真っ盛りです。



ひまわり畑



あさがお



夏祭り



脳トレ
あいうえおカードを
使って
頭の体操

8月は夏祭りを予定しています。

楽しみいっぱいの
元気はつらつ教室です!!

利用者募集中です!!
TEL 425-9907

活動の様子

絵本講座



避難訓練



バラエティー座の
みなさん



七夕飾り

願い事かかないますように!



交通安全教室

