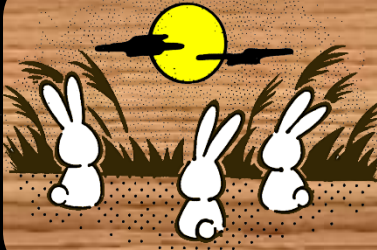


令和5年9月号



湖東だより



浜松市西区和地町1833番地の1 電話/Fax (053) 486-0650
ふれあい交流センター湖東

空高くいわし雲がかかり、すがすがしい秋風の吹く頃となりました。
厚かった夏が終わり、夏の疲れが秋に出るといわれますが、季節の変わり目に心したうえて、
くれぐれも健康にはご注意ください。

～教養講座のお知らせ～



筋膜ストレッチ&リンパストレッチ講座 講師：飯島邦江先生

開催日時：10月7・14日 11月4・11日（毎土曜日）午後1時30分～3時00分

募集期間：9月9日（土）～9月23日（土）

募集人数：25人（対象：60歳以上の浜松市民）

持ち物：ヨガマット又はバスタオル、フェイスタオル、飲料、動きやすい服装
参加費無料、申し込み多数の場合には抽選となります。

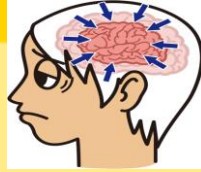
「8組の親子が参加し、頑張っていました。」 「なんと、40人が一斉にヨイショ！」



大人と子どものふれあい
体操教室の様子

健康レクリエーション
講座の様子

看護教室



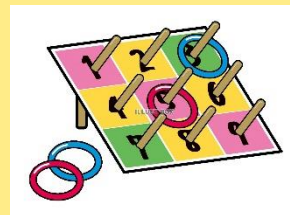
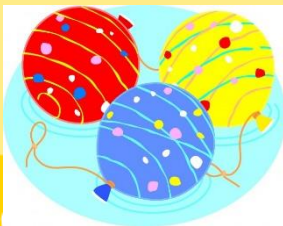
県看護協会の看護師さんによる「認知症について」の講義があり
利用者の皆さんに聴講いただき、アンケートにも協力いただきました。



元気はつらつ教室

夏祭り！

教室では、いろいろなゲームで
夏祭りを楽しみました。



** 8月に当館ではフードドライブの呼び掛けを行い、多くの方のご厚意により
たくさんの食品が集まりました。これらを必要としている方々や団体に寄付させて
いただきます。

