

# 江之島だより



令和6年9月号

開館時間 : 午前9時～午後4時30分  
休館日 : 毎週月曜日(こどもの日・  
敬老の日を除く)  
12月29日～1月3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  
浜松市中央区江之島町 606  
電話/FAX(053)425-9907



※9月16日(月) 敬老の日は開館します!ご利用ください※

◆フードドライブにご協力ありがとうございました◆

◆いきがい相談◆

日 時 : 9/19 (木) 10:00～12:00

地域包括支援センター三和の職員の方による健康や生活に関する相談等

◆ボランティア 福寿会 西伊場バラエティー座◆ <今年度最終公演>

日 時 : 9/26 (木) 13:15～14:15 場 所 : 1F ホール

◆認知症相談会◆ 9月は《認知症啓発月間》地域包括支援センター芳川による啓発

日 時 : 9/17 (火) 10:00～15:00 ロビー

予約不要!

みなさん  
お待ちしております。

◆デコパージュ講座◆

日 時 : 9/20・27 <金曜日・2回> 10:00～12:00

対 象 : 市内在住で60歳以上の方

定 員 : 10人 講 師 : 多賀 淑江先生

締 切 : 9/16 (月) 材料費 : 1,000円

受講生募集

詳しい内容は  
浜松市社会福祉協議会ホームページで  
見ることができます。

◆高齢者健康づくり教室 2期◆

日 時 : 10/2～11/20 <全8回> 水曜日 13:30～15:00

対 象 : 市内在住で60歳以上の方

定 員 : 30人 講 師 : 若松 宏美先生・中川 真紀先生

締 切 : 9/24 (火)

◆骨盤底筋体操・スクエアステップ講座◆

日 時 : 10/4・11・18・25 <全4回> 金曜日 13:30～15:00

対 象 : 市内在住で60歳以上の方

定 員 : 30人 講 師 : 天野 和美先生

締 切 : 9/20 (金)

★参加費無料

★申込方法 応募者多数の場合は抽選

E-mail : csw-enoshima@major.ocn.ne.jp

電話か FAX : 425-9907

または直接窓口へ

◆パパママとあかちゃんのためのベビーマッサージ◆

日 時 : 10/5 土曜日 10:00～11:30

対 象 : 市内在住で生後1ヶ月～6ヶ月ぐらいの赤ちゃん<1ヶ月健診終了したお子さん>とパパママ

定 員 : 7組 講 師 : 木村 友紀先生

(どちらかでも可)

締 切 : 9/21(土) オイル代 : 1,000円

◆リンパストレッチ講座◆

日 時 : 10/10・24・11/14・28 <全4回> 木曜日 10:00～11:30

対 象 : 市内在住で60歳以上の方

定 員 : 30人 講 師 : 鈴木 則枝先生

締 切 : 9/26 (木)



# 元気はつらつ教室です



脳トレ



今月は脳トレ、新聞で遊ぼう  
ポッチャなどで楽しみました

そ〜っとつんでね



新聞で遊ぼう



パリオリンピックの  
ピクトグラムでピンゴ!!

ポッチャ



長〜くちぎろう

まだまだ残暑が厳しいですね。  
熱中症、夏バテに気をつけて  
生活しましょう!



ねらってねらって



元気はつらつ教室では、  
火曜日の利用者（遠州浜地区）の方を  
募集しています。

## 活動の様子

## 世界のダンス体操

## 60歳以上の皆さんと

### 小学生・中学生の皆さんと



リズムに合わせて  
楽しくダンスできました♡



スペイン語を使ってペルーのダンスを踊りました

