

# 江之島だより



令和6年10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



## ◆健康相談◆

日時 : 10/18 (金) 10:00～12:00  
静岡県看護協会 西部地区支部 看護師による健康相談  
食事、栄養、排泄、睡眠に関すること等

## ◆江之島まつり・作品展◆

11/9 (土)・10 (日) 9:00～16:00 10日は15:00まで  
発表会は9日(土) 9:30～14:00 ※どなたでも自由に観覧できます

## ◆相続土地国庫帰属制度無料説明会◆ 静岡県司法書士会 浜松支部

11/15 (金) 10:30～11:30

予約不要!

みなさん  
お待ちしております。

## ◆グラウンドゴルフ大会◆ <同好会所属の方のみ>

日時 : 10/19 (土) 8:30～12:00 ※雨天時 : 10/20 (日)

## ◆ビーズでプチアクセサリーを作ろう◆

日時 : 10/20 (日) 13:30～15:00  
対象 : 市内在住の小学性 (低学年は親子で参加)  
定員 : 10人 講師 : 坂入 恵先生  
締切 : 10/18 (金) 材料費 : 350円 (2つ分) 持ち物 : ハサミ・ハンカチ

受講生募集

## ◆多世代交流～災害時だけじゃない!!～<心と身体のケア>講座◆

★子供から高齢者に使える触れるケアで癒されよう

★いざという時に役立つ応急処置の方法を学ぼう

日時 : 11/2 (土) 10:00～12:00  
対象 : 市内在住の園児～小学3年生は親子で参加  
小学4年生～中学生 (一人でも可)  
60歳以上の方  
定員 : 40人 講師 : 鈴木 佳代子先生 (タクティールケア講師)  
大石 賢子 先生 (看護師 : 応急処置の方法)  
締切 : 10/19 (土)

★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

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。



こんにちは

# 元気はつらつ教室です

今月は元気はつらつ教室の1日の流れを紹介します。

お迎え



9:30~10:00頃

朝のバイタル



主活動



10:45頃

お昼のお弁当



12:00頃

みんなで楽しくお昼休み



今回はテラコッタ粘土でお地蔵様を作りました

かわいいでしょ♡

転倒予防体操



14:00

おやつ



14:30

お帰り



15:00

元気はつらつ教室とは…在宅で自立した日常生活を継続するための**介護予防**の教室です。  
 対象は事業対象者及び要支援1・2認定者のうち、教室への参加が望ましいと判断された方。  
 週1回(決められた曜日)の上限月4回です。 今特に  
 ※江之島元気はつらつ教室では、遠州浜・河輪地区の火曜日利用の方を募集しています。  
 お気軽にお問い合わせ下さい。



災害時、おくすり手帳は大事!! お薬は出してもらえるの? 講座



活動の様子



カーズマン先生と楽しく体育遊び



親子でヨガ



こばんはうすさくらのみなさんと  
敬老の日交流  
ゲームをしたり、  
プレゼントをいただきました♡