

令和7年



# 青龍だより



ふれあい交流センター青龍(いきいきプラザ天竜川 1階)

浜松市中央区青屋町 300 番地 電話 422-2161 FAX 422-2239

毎週日曜日の午前中は中学生以下のお子様(卓球台を開放)しております。  
また、通信カラオケ、将棋、囲碁等もご利用いただけます。(完全無料)

## 開館時間【9:00～16:30】

【毎週月曜日は休館】(こどもの日、敬老の日を除く)

☆ご利用できる方・・・市内在住で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。



館内設備：通信カラオケ、大型テレビ、バンパープール、囲碁、将棋、卓球台、グラウンドゴルフ等無料でご利用いただけます。また、中学生以下のお子様、保護者、支援者の方のご利用も歓迎しております！

※ふれあい交流センターの利用には利用証が必要になります。お持ちでない方は、年齢住所が証明できるもの(免許証・保険証等)を保護者と子どもそれぞれ提示していただき申請の手続きをお願いいたします。



和室



栄養指導室



講座室



軽運動室



青龍 Map

※その他各部屋は利用証をお持ちの方で5名以上から申請していただき利用することができます。

## シニア対象の「男性の料理教室」の参加者を募集中！

【日時】5月29日、6月12日・26日(全3回) いずれも木曜日

午前10時00分～12時00分

【定員】7人 ※応募者多数の場合は抽選となります。

【会場】ふれあい交流センター 青龍 栄養指導室

【対象】市内在住の60歳以上の男性

【材料費】1人3回分 2,400円 ※当日集金

【講師】柳田 美智子 先生

【持ち物】エプロン、三角巾又はバンダナ、保冷バッグ、保冷剤、タッパー、マスク、筆記用具、室内用の履物

【申し込み期間】4月12日(土)～5月22日(木)

【申し込み方法】E-mail 《csw-seiryu@major.ocn.ne.jp》、電話【422-2161】、FAX【422-2239】又は直接窓口で月曜日を除く。

午前9:00～午後4:30にて、受付しております。

【受講者の決定と連絡】抽選を行い、受講者を決定します。受講決定者のみに電話で連絡します。

【その他】ふれあい交流センター利用証のない方は、年齢・住所が証明できるもの(免許証・保険証等)を提示していただき、申請の手続きをお願いします。

※調理したお料理を参加者会食します。

余った料理はお持ち帰りできます。



「包丁なんてほとんど持ったことがない」人でも大丈夫です。



# 元気はつらつ教室



## 元気はつらつ教室活動掲示板



### ☆ 4月の活動報告 ☆

- 輪投げ
- 季節のぬりえ
- ポッチャ
- 脳トレ

☆ 4月は輪投げポッチャで身体を動かし脳トレでゲームを楽しむことができました！