

いたやだより

令和7年8月号



浜松市ふれあい交流センターいたや
浜松市中央区板屋町 596
TEL: 053-413-5570

開館時間: 9:00~16:30

閉館日: 毎週月曜日

但し5月5日子どもの日
及び敬老の日を除く
年末年始(12月29日~
1月3日)

猛暑が続き食欲も落ち気味になります。バランスの良い食事を心がけ、涼しいところで適度な運動を楽しみましょう。

教養講座の募集



・笑って楽しむ認知症予防「コグニサイズ」

8月26日(火)

時間: 10:00~11:00

募集期間: 随時受付中

募集人員: 30名

(60歳以上の浜松市民)

コグニサイズとは?

頭と体を同時に使う軽運動で、
認知機能低下の抑制効果が認め
られています。



・世界のダンス体操

9月11日、9月25日(全2回)

時間: 10:00~11:30

募集期間: 8月7日~8月28日

募集人員: 20名(抽選)

(60歳以上の浜松市民)

・親子リトミック

9月12日、10月10日、11月14日、
12月12日(全4回)

時間: 10:30~11:15

募集期間: 8月8日~8月29日

募集人員: 親子10組(抽選)



同好会のご紹介 …会員募集中

・手編み同好会

小物からウェアまで、ご自分の編んで
みたい作品を選んでいただけます。
初心者の方もお気軽にご見学ください。
活動日：毎月第1、第3水曜日
9:30～12:00



「介護保険サービスと相談窓口を知ろう」

7月17日(木)に地域包括支援センター板屋の主催で、地域包括支援センターの役割、介護保健サービスの活用方法や、お困りごとの相談窓口等についての話を聞きました。福祉用具の紹介、実演、訪問介護サービスの利用についてまた浜松市くらしのセンターより、消費者を狙って多発している詐欺や悪質商法にあわないための対処法などのお話もあり、参加された方たちは熱心に耳を傾けていました。



・卓球人気です！

6月より始めた卓球ですが、大人気です！
毎日利用されている人たちもいらっしゃいます。
夏休み本番！ご家族やお子様たちの利用も
大歓迎です。
(冷房完備、ラケット、ボール貸し出しあり)



・照明が明るくなりました♪

7月に館内の照明が全てLEDに切り替わりました。初めての方、お久しぶりの方も明るくなった館内をぜひ見に来てください。

