

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

☆開館時間【9:00~16:30】【毎週月曜日は休館】

※年末年始(12/29~1/3)(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、
高齢者やこどもを支援する活動に関わる方。

【お知らせ】 青龍まつり開催決定！



【秋の芸術祭】10月15日(水)9:00~18日(土)12:00

【歌のつどい】10月18日(土)9:00~13:00※青龍まつりはどなたでもご自由に観覧できます。

【教養講座(9月募集)のご案内】

親子対象

親子トリセツ~あそび~講座

『からだを使って親子で楽しくあそびトリセツを知る!』



【日 時】10月5日(日) 11月9日(日)

全2回 10:00~11:30

【講 師】天野和美先生 笹竹真由美(ローザ)先生

【対 象】市内在住の2歳児~小学1年生と保護者

【定 員】15組30人 ※参加無料

【申し込み期間】9月5日(金)~9月26日(金)

【申し込み方法】QRコード、電話【422-2161】FAX【422-2239】

E-mail《csw-seiryu@major.ocn.ne.jp》又は直接窓口で毎週月曜日を除く。

【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。



シニア対象

骨盤体操

「気持ちよく体を動かしましょう!」

【日 時】10月29日(水) 10:00~11:30

【講 師】北村 京子先生

【持ち物】汗拭きタオル、水分補給用の飲み物、ヨガマット(あれば)室内用履物、ボディオイル(必須)

【対 象】市内在住の60歳以上の方 ※参加無料

【定 員】10人【申し込み期間】9月5日(金)~10月19日(日)

【申し込み方法】電話【422-2161】FAX【422-2239】

E-mail《csw-seiryu@major.ocn.ne.jp》、又は直接窓口で毎週月曜日を除く。

【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。



※8/1~8/31 フードバンクのご協力ありがとうございました。

裏面もご覧ください。

シニア対象

～男性の料理教室～

「栄養たっぷり 健康的な食事づくりをしましょう！」

【日 時】 10月30日（木） 11月13日（木） 27日（木） 全3回

10：00～12：00

【講 師】 柳田 美智子 先生

【対 象】 浜松市内在住の60歳以上の男性

【定 員】 7人

【申し込み期間】 9月20日（土）～10月17日（金）

【申し込み方法】 電話【422-2161】 FAX【422-2239】

E-mail《csw-seiryu@major.ocn.ne.jp》又は直接窓口で毎週月曜日を除く。

【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。



※はぴはぴスマイルさま「流しそうめん」の様子。

元気はつらつ教室

元気はつらつ教室活動掲示板



8月活動報告

- ・お手玉五目ならべ
- ・ボウリング
- ・脳トレーニング
- ・手工芸（立体キリ）



