



湖東だより

令和8年6月号



ふれあい交流センター湖東 浜松市中央区和地町1833番地の1
電話/Fax (053) 486-0650

開館時間：午前9時から午後4時30分（月曜日は休館）
ご利用できる方：60歳以上の方、中学生以下の子どもとその保護者
高齢者や子どもの支援活動に関わる方

梅雨の便りが聞こえてくる頃となりました。あじさいも今が見ごろです。雨の日は出かけるのがおっくうで家にこもりがちになりますが、湿気対策には特に気を配って、憂鬱な梅雨を少しでも快適に過ごしましょう。

遺言と相続の無料相談会

行政書士の先生が遺言・相続について親切丁寧にお答えしま

相談日・・・6月10日（水曜日）

時間・・・午後1時30分～午後3時30分（一人約30

主催・・・遺言・相続サポートセンター浜松

*予約制ではありません。当日、順次ご案内いたします。



同好会のご紹介

おりがみくらぶ

おりがみくらぶでは、四季折々のお花や動物、お人形などを作って楽しんでいます。完成した作品をお友達や家族にあげると大変喜ばれます。

頭と手先を使う『折り紙』は、脳を刺激して若さを保つにはもって来いです。また子育て世代の親御さんやお子さん連れの参加も大歓迎ですので、ぜひ一度見学してみてください。

活動日時：毎月第2土曜日 午前9時30分～12時
見学、体験無料



まだ間に合います！

教養講座の募集

大人と子供のふれあい体操教室



日時：6/28(日) 午前 10 時～ 11 時 30 分

募集人員：親子 15 組（応募者多数の場合抽選）

募集期間：5 月 24 日から 6 月 14 日

対象者：未就学児及び小学 3 年生以下と親又は祖父母

参加費：無料

健康レクリエーション講座



日時：6/27、7/25、8/22、9/26、10/24

11/28、12/26、1/23(全 8 回毎月第 4 土曜日)

午前 10 時～11 時 30 分

募集人員：25 人（応募者多数の場合抽選）

募集期間：5 月 24 日から 6 月 14 日

対象者：60 歳以上の浜松市民

参加費：

機能回復訓練室のご紹介

湖東では人気のスカイウェルをはじめ、下記多数の健康機器を揃えています。

職員も常駐しており安心です。ぜひご活用ください。

- ・スカイウェル 2
- ・赤外線治療器 2 ベッド
- ・ローラーベッド 1
- ・マッサージ器 7
- ・足マッサージ器 5
- ・血圧計 1

