



湖東だより

令和8年7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

梅雨が明ければいよいよ夏本番！お出かけは楽しいですが、
日焼けや熱中症対策もお忘れなく。



館からのお願い

従来より、機能回復訓練室（マッサージや赤外線等の健康器具のある部屋）の一部器具の使用を、12時から13時の間1時間程度休止させて頂いております。

これは連続使用後に1時間程度の休憩時間を確保することで、器具の劣化を防ぎ、快適に長くご使用いただくためです。
今後ともご理解ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。



もうすぐ七夕 短冊に願いを

湖東では七夕の飾りつけもやっています。
皆さんもぜひ短冊に願い事を書いて飾りましょう。



湖東でクールシェアはいかがですか

クールシェアは、夏の暑い日を涼しく過ごすために、家庭でエアコンを使わず、涼しい場所をみんなで共有する取り組みです。
涼しい湖東でマッサージやカラオケを楽しみませんか？体操もやっています。



同好会のご紹介

サンサンコーラス♪

ちょうど新しく入会したお二人を迎えて、メンバーが16人になったところです。季節に合った懐かしい歌や、最近覚えたての新しい曲などを二部に分かれて歌っています。一人では難しくてもみんなで声を合わせて歌うのはとても楽しい時間です。いつでも気軽に見学・参加してみてください。

活動日時：毎月第2, 第4土曜日 午後1:30~15:00

見学、体験無料



教養講座実施報告

6月9日 姿勢改善ヨガ講座 第1回目を実施しました。



元気はつらつ教室

涼しげな苔玉と受け皿を作りました。

