

令和8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

【高齢者の生きがいづくり・地域の子育て支援・世代間交流を目的とした浜松市民のための無料施設です。】

☆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、
高齢者や子どもを支援する活動に関わる方。子育て世代も利用できます。



『いよいよ夏本番!』
熱中症予防を習慣に!



- こまめに水分補給、塩分、糖分も忘れずに(汗をかく際には、水分とともに塩分や糖分も失われます。水分だけではなく、塩分タブレットやスポーツドリンクなどで、塩分、糖分も補給する。)
- 帽子、日傘の活用(熱中症対策グッズの活用や手のひらを冷やす等も熱中症予防に効果的です。)
- エアコンの活用(気温や湿度に応じて扇風機やサンシェードも有効に活用しましょう。)
- 夜間や室内も注意(夜間や室内でも室温や湿度が高くなる場合がありますので要注意です。)

「教養講座募集」

【防災食を学ぼう親子編】

「親子で防災時簡単にできるパッククッキングを知ろう!」

日時:令和8年9月5日(土)10:00~12:00

講師:柳田美智子先生

対象:市内在住の小学3年生~小学6年生と保護者

定員:4組8名※先着順

材料費:親子2名分1,000円

持ち物:三角巾かバンダナ、マスク、子どもの上履き、タッパー

※申し込み期間:令和8年7月25日(土)~8月23日(日)



【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!親子のスキンシップを高めましょう!」

日時:令和8年9月6日(日) 9月13日(日)10:00~11:30

講師:天野和美先生 笹竹真由美(ローザ)先生

対象:市内在住の未就園児(2歳以上)と保護者

定員:15組(30人)(先着順)※無料

※申し込み期間:令和8年7月26日(日)~8月23日(日)



【防災食を学ぼうシニア編】

「防災時簡単にできるパッククッキングを知ろう!」

日時:令和8年9月10日(木)10:00~12:00 対象:市内在住の60歳以上の方

定員:8名※先着順 講師:柳田美智子先生 持ち物:三角巾かバンダナ、マスク、筆記用具、タッパー

材料費:700円 ※申し込み期間:令和8年7月28日(火)~8月26日(水)



裏面もご覧ください

地元の小学校2年生の皆さんが青龍を見学に来館されました！

～「自分たちの住む街の施設をめぐってみよう」～



見学後いっぱい質問してくれました。グラウンドゴルフ利用者さんと交流。元気はつらつ利用者さんと元気にあいさつ



キッズルームにわくわくする～

囲碁、将棋も始めてみよう!!

大広間でカラオケできるんだ～

・6/18(木)に地元の小学校2年生45名(先生4名)が授業の一環として施設見学が実施されました。初めにふれあい交流センターの概要説明をし、3班に分かれて館内を案内させていただきました。各部屋はどのように使われているか、何ができるのかを説明させていただき、特にキッズルームには関心を持っていただいた様子で生徒さんから「また来たい」との声も聴かれ後日親御さんと利用証を作りに来てくれました。外のグラウンドでは実際に利用者様からの声掛けでグラウンドゴルフを体験することができました。職員への質問タイムでは鋭い質問に私たち職員もドキドキさせられました。先生方にもフォローしていただき丁寧に説明させていただきました。地域のコミュニティ広場としても利用できますのでぜひ夏休みには友達とゆっくり遊びに来て下さいね。お待ちしております！今年の夏休みは宿題も遊びも友達誘って青龍へGO!GO!



☆6月は七夕のモビール作成、ハーモニカ演奏会、シュートパッカー脳トレを実施。皆さん笑顔で元気に活動!

