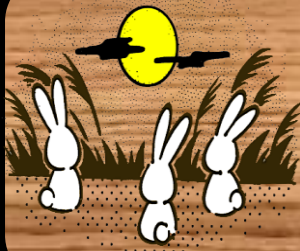


令和8年9月号



江之島だより



浜松市中央区江之島町606番地 電話/Fax (053) 425-9907
ふれあい交流センター江之島

空高くいわし雲がかかり、すがすがしい秋風の吹く頃となりました。
暑かった季節が終わり、夏の疲れが秋に出るといわれますが、季節の変わり目に心したうで、
くれぐれも健康にはご注意ください。

～教養講座のお知らせ～

姿勢改善ヨガ講座

講師：大箸 美貴 先生



開催日時：10月13・27日 11月10・24日（毎火曜日）午後1時30分～3時00分

募集期間：9月15日（火）～10月6日（火）

募集人数：30人（対象：60歳以上の浜松市民）

持ち物：ヨガマット又はバスタオル、フェイスタオル、飲料、動きやすい服装

参加費無料、申し込み多数の場合には抽選となります。

カポエイラセラピー

講師：松江 河音 先生

開催日時：10月1日（木曜日）午前10時00分～11時30分

募集期間：9月15日（火）～10月6日（火）

募集人数：30人（対象：60歳以上の浜松市民）

持ち物：フェイスタオル、飲料、動きやすい服装

参加費無料、申し込み多数の場合には抽選となります。



Yeah!

～9月開催の
教養講座案内～

①第1期カーズマン先生と楽しく体操遊び 9/6(日曜日)

②第2期高齢者健康づくり教室 9/16・23・30(毎水曜日)

③健康レクリエーション講座 9/19(第3土曜日)

遺言相続相談

相談日：9月17日(木)

時 間：午後1時30分～3時30分(1人約30分)

主 催：遺言・相続サポートセンター浜松

*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す。



親子でワクワクからだあそび・ポティームーメント



～親子で楽しく運動遊び～



～ブラジルの楽器と衣装(マギダ先生)～



～みんなで手をつないで踊る～



**8月に当館にてフードドライブの呼び掛けを行い、多くの方のご厚意によりたくさんの食品が集まりました。これらを必要としている方々や団体に寄付させていただきます。

