

令和8年10月号



江之島だより



© 藤城屋小牧

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

秋気さわやかな季節となりました。金木犀の香りが漂う今日この頃ではありますが、朝晩は冷え込みますので、体調を崩しませんよう、くれぐれもご自愛の上お出掛けください。

～教養講座募集のお知らせ～

骨盤体操教室

講師：飯島邦江 先生

開催日時：11月7・14日 12月5・12日（毎土曜日）午後1時00分～2時30分

募集期間：10月20日（火）～11月1日（日）

募集人数：30人（対象：市内在住 60歳以上の方）

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。

ポティーフューズメント2

講師：マギダ・アルベス 先生

開催日時：11月1日（日）  午前10時00分～11時30分

募集期間：10月1日（木）～10月31日（土）

募集人数：30人（対象：市内在住の小学生以下の子供と保護者）

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。



～10月開催講座～

- ① 第1期カーズマン先生と楽しく体操遊び 10/4
- ② 第2期高齢者健康づくり教室 10/7・14・21
- ③ 健康レクリエーション講座 10/17
- ④ カポエイラセラピー 10/1
- ⑤ 姿勢改善ヨガ 10/13・27



江之島まつい開催

～ふれあい交流センター江之島で活動されている同好会を主とした
日ごろの練習成果の発表会を開催いたします。～

開催日時：令和8年10月24日（土）

午前9時30分～正午頃まで

開催場所：ふれあい交流センター江之島 ホール

- *利用者の皆さん、こそってご見学されるようお待ちしております！
- *事前にエンディング曲候補曲8曲を掲示しますので、投票願います。
(当日、ステージでエンディング曲を歌ってくれる人募集中！)



講座開催報告

～スマホ教室～

～第1期カースマン先生と楽しく体操遊び～

