

青龍だより



【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。】

ふれあい交流センター青龍　　浜松市中央区青屋町３００番地　☎422-2161

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、
高齢者やこどもを支援する活動に関わる方。子育て世代もご利用できます。

「青龍から皆さまに１年間ありがとう企画」
～今年１年の人気講座のご紹介～

【シニア】

・コアフェイストレーニング



・60代からのフレイル予防体幹トレーニング



・将棋教室



【キッズ】

・親子リトミック



・陶芸教室

・キッズダンス教室

☺シニア講座では女性人気が高く、キッズ講座では募集開始後すぐに定員に達した講座もあり想定を超えるたくさんのご応募をいただき、職員一同感謝申し上げます。

シニアそば打ち体験教室



【日　時】1月24日(日)・31日(日)　【全２回】
午前10時00分～12時00分
【定　員】14名　　※ 先着順
【対　象】市内在住の６０歳以上の方
【材料費】1人２回分２,０００円（そば粉代１回1,000円×２回）
※当日集金（お釣りのないようご協力をお願いします。）
※食材等を事前に準備するため、開催日の前日以降のキャンセルや連絡のない欠席の場合は、後日、材料費をご負担いただく場合があります。あらかじめご了承ください。
【講　師】田邊　哲 先生
【持ち物】エプロン、三角巾又はバンダナ、大きめのタッパー2個、マスク、筆記用具、室内履き
【申し込み期間】12月22日(火)～1月17日(日)

ACP（人生会議）講座
～元気なうちに家族と今後のことを話し合ってみませんか？～



日時：　令和９年２月４日（木）１０：３０～１１：３０
対象：　浜松市在住の６０歳以上の方
定員：　２０名　**※先着順**
申込期間：令和８年１２月１５日（火）～令和９年１月２３日（土）

同好会作品展・歌と踊りの祭典実施報告





10/23日～25日
日頃の活動で作成した素晴らしい作品が展示され、大盛況でした。😊😊😊

10/25日
息の合った素晴らしい合唱から始まり、個人の歌も大成功でした。





【お知らせ】年末年始の休館情報
令和8年12月28日（月）～令和9年1月4日（月）まで休館となります。

【元気はつらつ教室活動報告】

















・11月の元気はつらつ活動は「お手玉五目並べ」と「ボウリング」では、狙いを定めて集中しながら、チームで声を掛け合って大いに盛り上がりました。「おやつ作り」のかぼちゃおやきでは手際よく協力して完成させ、「自分で作るとおいしい」と笑顔あふれる楽しい一日となりました。