

2月 小鹿だより

静岡市小鹿老人福祉センター

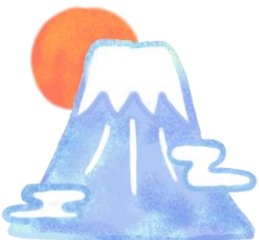
令和8年2月1日発行
 静岡市駿河区小鹿二丁目 25-45
 健康文化交流館来・て・こ内
 電話: 054-202-4300
 FAX: 054-285-2605
 開館時間 午前9時～午後4時
 指定管理者: 公益財団法人静岡市文化振興財団



利用予定及びイベント情報



曜日	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
各種イベント	休館日	※(午前)防災 設備点検		カラオケの日	(午前)しぞ～か でん伝体操		
大広間フロア		○	○	○	(午前)×(午後)○	(午前)×(午後)○	○
お風呂		○	○	○	○	○	△
	8	9	10	11	12	13	14
各種イベント	休館日				(午前)しぞ～か でん伝体操	健康生活介護相談 (小鹿豊田) 健康生活 ミニ講演会	
大広間フロア		(午前)×(午後)○	○	×	(午前)×(午後)○	(午前)×(午後)○	○
お風呂		○	○	○	○	○	△
	15	16	17	18	19	20	21
各種イベント	休館日				(午前)しぞ～か でん伝体操		
大広間フロア		○	○	×	(午前)×(午後)○	(午前)×(午後)○	○
お風呂		○	○	○	○	○	△
	22	23	24	25	26	27	28
各種イベント	休館日				(午前)しぞ～か でん伝体操		
大広間フロア		○	○	×	(午前)×(午後)○	○	○
お風呂		○	○	○	○	○	△



大広間フロア○→ 囲碁・将棋・健康マージャンができます。

大広間フロア×→ 大広間フロアの開放はありません。

お風呂○→ 10:00～15:30 【最終入場 15:00】

お風呂△→ 10:00～12:00 【最終入場 11:30】

お風呂×→ お休み ※お風呂の予定は、変わることがあります。

令和8年 今年の吉方位は
 『南南東やや南』



春からはじまる講座案内

はじめてのすこやか体操(全12回)

簡単な筋トレやストレッチ等の健康体操を行います。
講座を通じて、運動に親しみ、日常の中で体を動かす習慣つけていきましょう!

日程: 4/9~9/24 第2・4木曜日

13:30~15:00

場所: 102・103 活動室

会費: 1人 1,500円

対象: 静岡市内在住 60歳以上で医師から
運動制限を受けていない方 18人

申込: 3/14(土) 必着(多数抽選)

往復ハガキ又は窓口にはがき持参

※HP 申込可



申込不要で参加できる講座もあります😊

基礎から味わう川柳入門(全5回)

川柳にはじめて触れる方を対象にした講座です。
川柳の基本や考え方にふれながら、暮らしや心を
ことばで表す楽しさを味わってみませんか。

日程: 4/14、28、5/12、26、6/9

第2・4火曜日 10:00~11:30

場所: 101 活動室

会費: 1人 500円

対象: 市内在住 60歳以上の方 10人

申込: 3/14(土) 必着(多数抽選)

往復ハガキ又は窓口にはがき持参

※HP 申込可



健康生活介護相談

2/13(金)10:30~11:30

※先着順でご案内いたします。

地域包括支援センターのスタッフに困り
ごとを相談できる機会です。

気軽にお立ち寄りください。

場所: センター内ロビー 特設ブース

担当: 小鹿豊田地域包括支援センター

健康生活ミニ講演会と相談会

スマホを賢く使おう!

安心安全のデジタルライフ

2/13(金)10:00~11:00

スマホを安心・安全に使うための基礎知識
を学びます。

定員: 20人(先着順)

場所: 102・103 活動室

講師: 小林 里加(パソコンわかばくらぶ)



小鹿老人福祉センターからのお知らせ

・2月2日(月)午前中は防災設備点検のため館内で非常警報(点検)が鳴ります。
あらかじめご了承ください。

・小鹿老人福祉センターは祝日も開館日です!!

2/11、23も元気に開館しています。みなさまのご来館をお待ちしております。