

9月 小鹿だより

静岡市小鹿老人福祉センター

令和3年9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

大広間の利用予定

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日	場所			1	2	3	4
行事	大広間			一般開放なし	午前 駒富会 午後 ウクレレ	編物同好会	一般開放なし
	フロア			一般開放	でん伝体操	一般開放	一般開放なし
	お風呂			風呂×	風呂×	風呂×	風呂×
日	5	6	7	8	9	10	11
行事	休館日	一般開放なし	墨筆の会	名玄会	一般開放なし	市老連唄の会 市老連踊りの会	貸切
		一般開放	一般開放	小鹿将棋同好会	でん伝体操	一般開放	一般開放なし
		風呂×	風呂×	風呂×	風呂×	風呂×	風呂×
日	12	13	14	15	16	17	18
行事	休館日	一般開放なし	小鹿書道	名玄会	午前 駒富会 午後 ウクレレ	編物同好会	貸切
		一般開放	一般開放	小鹿将棋同好会	でん伝体操	一般開放	一般開放なし
		風呂×	風呂×	風呂×	風呂×	風呂×	風呂×
日	19	20	21	22	23	24	25
行事	休館日	貸切	墨筆の会	名玄会	貸切	市老連唄の会 市老連踊りの会	貸切
		一般開放なし	一般開放	小鹿将棋同好会	一般開放なし	一般開放	一般開放なし
		風呂×	風呂×	風呂×	風呂×	風呂×	風呂×
日	26	27	28	29	30		
行事	休館日	一般開放なし	小鹿書道	一般開放なし	一般開放なし		
		一般開放	一般開放	一般開放	でんでん体操		
		風呂×	風呂×	風呂×	風呂×		

■ご利用にあたっては、発熱、咽頭痛などの感冒症状、新型コロナウイルス感染症の陽性者や感染疑いのある方との濃厚接触、2週間以内に感染拡大地域への訪問が無いことを確認の上、

 **マスク着用**  でご来館ください。

■感染症対策のため、囲碁・将棋の一般開放は囲碁5台、将棋5台に制限します。

長時間はご遠慮いただき、譲り合ってご利用ください。



注意 11、18、20、23、25日の大広間が「貸切」の日は、ヘルストロンの利用は「中止」です。

囲碁・将棋の一般公開は、1、3、6、7、10、13、14、17、21、24、27、28、29日

元気ハツラツ！健康講座（後期）



令和3年11月スタート！



講座名	基本日時	内 容	講師	定員
健康体操 (全8回)	11/9～3/8 第2・4火曜日 10:00～11:30	音楽に合わせて簡単なストレッチや筋トレをします。	長野 悦子 健康体操 同好会講師	12人
3B フレッシュ体操 (全8回)	11/4～2/17 概ね第1・3木曜日 13:30～15:00	ボール、ベル、ベルターといった用具を使い、音楽に合わせて運動します。	杉浦 享子 日本3B体操協会 公認指導者	12人
ズンバゴールド (全8回)	11/5～2/25 概ね第1・3金曜日 10:00～11:00	音楽に合わせて楽しく身体を動かします。	新家 菊江 ズンバ インストラクター	12人

対 象 者 市内在住 60 歳以上で運動に支障のない方

会 費 1 人 1,000 円

申込方法 ■往復はがきの場合

往復はがきに【講座名、住所、氏名、電話番号、生年月日、返信用宛名】を記入して郵送してください。

■窓口の場合

63 円切手の郵便はがきを持ってご来館ください。

申込期限 令和3年 10 月 2 日（土）必着

そ の 他 申込は 1 講座 1 枚、1 人 2 講座まで、多数抽選
要入館者カード（身分証明書の持参で作成可能）

申 込 先 健康文化交流館来・て・こ

〒422-8021 静岡市駿河区小鹿二丁目 25-45

TEL 054-202-4300 ※日曜休館

