

10月ふれあいの郷 だより

平成26年9月10日発行

《指定管理者》

特定非営利活動法人ワーカーズコープ

清水北部交流センター(ふれあいの郷)

〒424-0022 静岡県清水区八坂町2110-2

電話 (054)-364-8902

FAX (054)-388-9721

E-mail : ss-hokubukouryuu@roukyou.gr.jp

URL http || sizuoka-roufuku.jimdo.com

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			お風呂○ でん伝体操	お風呂○	お風呂○ ノルディック ウォーク	お風呂○ 折り紙教室
5	6	7	8	9	10	11
お風呂午前	休館日	お風呂○ パソコン教室	お風呂○ でん伝体操	お風呂○	お風呂○	お風呂○ ママ・パパ リフレッシュ体操
12	13	14	15	16	17	18
お風呂午前	休館日	休館日	お風呂○ でん伝体操	お風呂○ パソコン教室 健康ヨガ	お風呂○ ノルディック ウォーク	お風呂午前
19	20	21	22	23	24	25
休館日	お風呂○	お風呂○ パソコン教室 相談日	お風呂○ でん伝体操	お風呂○	お風呂○	お風呂○
26	27	28	29	30	31	
お風呂午前	休館日	お風呂○ パソコン教室 健康ヨガ	お風呂○ でん伝体操	お風呂○	お風呂○ 	

・お風呂午前は、午前10時～正午(午後12時)まで。
お風呂○は、午前10時～午後3時まで。

お風呂あります!

清水北部交流センター「ふれあいの郷」に
お風呂があるのはご存知でしたか?

区分		使用料(入浴1回につき)
60歳以上	市内に居住する方	100円
	市街に居住する方	300円
13歳以上60歳未満		300円
3歳以上13歳未満		150円

バスタオル、シャンプー、リンス
ボディーソープなど必要な
ものは、ご持参下さい。



講座の受付について

人数制限のある講座は抽選を行います 《詳しくは事務所にお問い合わせ下さい》

パソコン講座

10月7日・16日・21日・28日

限定7名 10:00~12:00 パソコンはご持参ください。

健康ヨガ

10月16日・28日

限定25名 10:30~12:00 ヨガマットまたはバスタオル(マットのかわり)。

ノルディック

10月3日・17日

限定15名 10:30~12:00 ポールは貸し出します。

ふれあいの郷 7月8月の活動の様子

ノルディック

草取りボランティア

フェイシャルマッサージ

