

# 4月 気軽に荘だより

4月は、華やかで、温かな季節です。  
 新年度がはじまります。平成 27 年度も、職員一同、気軽に荘がより過ごしやすい場になることを目指して頑張っていきます。

指定管理者 特定非営利活動法人 ワーカーズコープ  
**清水老人憩の家清開さらく荘**  
 〒424-0924 静岡市清水区清開二丁目 1-1  
 電話 054(334)1241 FAX 054(376)5869  
 E-mail ss-ikoi@roukyou.gr.jp  
 URL <http://shizuoka-roukyou.jimdo.com>

## しそ〜か でん伝体操 開始のお知らせ

毎週木曜日、開館後、ふれあいルームにて「しそ〜か でん伝体操」をおこないます。ゆっくりと、無理せず、呼吸をしながら体を動かすことで、日頃の体調維持、向上に役立ちます。4月の日程は、

4月 **2日** **9日** **16日** **23日** **30日**

です。時間は、2日は、9時30分、9日からは9時10分から開始します。お気軽にご参加ください。



## 今月の教養講座

### デジカメ講座 (1)

デジカメ (コンパクトデジタルカメラ) の使い方や撮影のコツなどを少しずつ、楽しく身につけていくことを目的とした講座です。

日時 4月17日 (金) 13:00~

場所 1階 和室

定員 6名 (先着順)



### 第19回 健康体操 シナプソロジー教室

ワイワイ、笑いながら楽しく体を動かし、脳を活性化しましょう。

日時 4月16日 (木) 10:00~

場所 2階 トレーニングルーム

定員 20名 (先着順)



### リンパマッサージ教室 (3) 頭・顔編

リンパマッサージ教室の第3回目。頭、顔のリンパマッサージのやり方について学びます。

日時 4月24日 (金) 13:00~

場所 1階 和室

定員 20名 (先着順)

講師 北風さん (船越、職員)



## お茶会

2月18日(水)に、「茶和の会」がお茶会を開いてくださいました。お抹茶と和菓子そして桜田様のお話に舌鼓を打ち、楽しい空気に気軽に荘が包まれました。ありがとうございます。

