

# 講座・相談会等の予定

無 料

◎以下の講座等は、市内にお住いの60歳以上の方ならどなたでも参加できます。

区 分	行 事 名	日	時	会 場
講座等	しぞ〜かでん伝体操 プラス 音楽療法	4日(水)	10:00~11:30	地域交流室
		11日(水)		
		18日(水)		
25日(水)				
	カラオケで体操	5日(木)	11:30~12:00	大 広 間
健康管理	栄養相談 (竜爪園/管理栄養士)	25日(水)	10:00~12:00	2F ラウンジ
	健康相談	25日(水)	10:00~12:00	第3クラブ室
	健康チェックの日(体組成計)	26日(木)	9:30~15:00	事務所前
相談会	生活相談 (長尾川地域包括支援センター)	17日(火)	13:00~14:00	第1クラブ室
	あんしん相談 (行政書士)	17日(火)	13:30~16:00	第2クラブ室
	就労相談	25日(水)	10:00~12:00	第3クラブ室(兼用)
その他	利用者懇談会	26日(木)	10:15~11:30	作 業 室

## ◎防 災 訓 練

- 日 時:3月10日(火) 9:30~10:30【予定】
- 場 所:全 館 (訓練時間中の施設利用制限:表面参照)
- 内 容:通報訓練・避難(誘導)訓練・消火訓練(消火器)



**皆様の参加・ご協力をお願いします。**

### 当センター無料相談

1. あんしん相談:行政書士  
遺言書や遺産相続等でお困りの方、まずはこれを機会にぜひご相談ください。
  2. 生活相談:長尾川地域包括支援センター  
生活全般にわたる問題のご相談に応じます。
- ◎日 時:毎月/第3火曜日(原則)  
あんしん相談 :13:30~  
生活相談 :13:00~  
詳細は、毎月発行の『長尾川だより』及びチラシをご参照ください。

それぞれ、専門家にご相談をお待ちしています。  
静岡市内在住の60歳以上の方ならどなたでもご利用いただけます。



### 寄贈品御礼

- ◇日除けカーテン :石川久枝様
- ◇雑巾/10枚 :八千代会様
- ◇将棋盤・碁盤各1台 :手塚 修様  
及び碁石 2セット
- ◇電子ピアノ 一式 :森田茂夫様



## ◎2月の活動

2月19日(木)『折り紙人形を作りました!!』

講師:石川久枝様 (ボランティア)

大勢の皆さんにご参加いただき、熱心に楽しく学べました。



## ♡♡ クラブ活動・会員募集中 ♡♡

◎クラブ名 :かな書道クラブ 土筆会

◎活動日時:毎月第1・第3火曜日

10:00~12:00

かな書道と併せペン字も一緒に習得できます。

ぜひ一度、見学においでください。

## ◎1月の活動

1月25日(日) 生バンド演奏(ドンバース)

大勢のみなさんにお集まりいただき、懐かしく活気に充ち溢れたひと時となりました。

ドンバースの皆様へ感謝!!

