



# 大洲地区交流センターだより



大洲地区交流センター  
藤枝市大洲3丁目17-12  
☎636-0059 FAX634-1791  
E-mail osu@city.fujieda.shizuoka.jp

## 大洲地区交流センターの“自主グループ”を紹介します！

当センターで活躍中の自主グループの皆さんです。  
興味のある方は当センターにお問い合わせください。

活動内容	団体名	学習日	活動内容	団体名	学習日
マジック	大洲マジック愛好会	第4土曜日	よさこい踊り	さーくるいずみ	第1・3・4・5土曜日
バルーンアート	大洲バルーンアート(昼)	第1・3水曜日	フラダンス	アパパネ	第2・4水曜日
バルーンアート	大洲バルーンアート(夜)	第2・4金曜日	フラダンス	アライポエ	第2・4金曜日
詩吟	吟もくせい	第2・3・4金曜日	フラダンス	ピリナ	第1・3火曜日
俳句・句会	木いちご	第2土曜日	卓球	GFBクラブ	火・木・木曜日
絵手紙	花ごよみ	第2水曜日	卓球(ラージボール)	フレンドクラブ	水・金曜日 (月4・5回)
演劇	劇団Z・A	週2回火・水曜日	吹き矢	藤の花吹き矢クラブ	第2・4土曜日
コーラス	コール大洲	第1・3金曜日	ピラティス	ピラティス	毎週金曜日
パン作り	手ごねのパン作り会	第1金曜日	ヨガ	ヨガサークルT	毎週火曜日
英会話	Enjoy English	第1・2・3・4火曜日	ヨガ	ヨガサークルF	毎週金曜日
福祉	ついすみ大洲	第2水曜日	ヨガ	中高年のためのヨガ	第2・4木曜日
音楽	オーちゃんバンド	月2回土曜日	ヨガ	マリーズ・ヨガ	毎週土曜日
手芸・お茶	手芸とお茶の和	月2回土曜日	エアロビクス	マリーズ・エアロ	毎週土曜日
写真	写団藤枝	第2土曜日	エアロビクス	アプローズ	第2・4水曜日
子育て支援	子育て学習会 スマイルカフェ	第3金曜日	エアロビクス	エアロビ同好会	毎週木曜日
軽体操・脳トレ	りずみっく♪	第1・3水曜日	ストレッチ体操	マンマ	月2回金曜日
軽体操・脳トレ	恭ちゃんクラブ	第1火曜日	トランポエクササイズ	うきうきトランポエクササイズ	第1・3水曜日 又は火曜日
ダンス	さくら会	月4回水・木曜日	ロコトレ	大洲ロコトレクラブ	第1・3木曜日
体操	自彊術	月4回木曜日	ロコトレ	若返り体操	第1木曜日

## ご家庭にねおっている食品を募集します！

期 間：令和5年8月1日(火) ～ 令和5年8月31日(木)

収集場所：市役所1階ロビー・岡部支所・各地区交流センター・文化センター・社会福祉協議会(きすみれ・在宅福祉センター)

募集食品：穀物(米・麺類)、保存食品(缶詰・瓶詰)、インスタント食品、調味料等で常温保存できるもの

- ・賞味期限が2カ月以上あるもの
- ・賞味期限が明記されているもの
- ・未開封で破損していないもの

問合せ先：自立生活サポートセンター

643-3161

社会福祉協議会

667-2940



## 募集

# いつまでも自分の脚で！

日常生活に取り入れられるソフトエクササイズ  
(自体重を利用した簡単な運動をします。)

日 時：令和5年9月12日(火)・26日(火) 10月10日(火)・24日(火) 全4回  
場 所：大洲地区交流センター 1階 集会室  
講 師：中野 元恵先生  
対 象：大人  
定 員：15人  
受講料：1,600円(400円×4回)  
持ち物：タオル、飲み物、動きやすい服装、ヨガマット又はバスタオル  
申込み：8月18日(金)～8月25日(金) 午前9時から午後5時まで  
直接または電話で大洲地区交流センターまで TEL054-636-0059  
先着順とさせていただきますので、定員になり次第締め切ります。



## 特別講座募集

# ふれあい10歳リトミック

音楽に合わせて体を動かしたり、楽器や身近にあるものを使う音楽活動です。  
音楽で楽しく、赤ちゃんの視覚・聴覚・触覚を刺激します。

日 時：令和5年9月15日(金) 午前10:00～午前11:00  
場 所：大洲地区交流センター 2F 和室  
講 師：親子リトミックランド 代表 水野加寿子先生  
対 象：0歳児とその保護者 (0歳児は首がすわっている子)  
定 員：10組(先着順)  
受講料：無料  
持ち物：バスタオル、飲み物  
申込み：9月1日(金)より logo フォームからの申し込みになります。  
(定員になり次第締め切ります。)



## 地区交流センターのトイレに生理用ナプキンを設置します。

女性が生きにくさを感じない環境づくりを推進するため、女性・多目的トイレに生理用ナプキンを設置します。(女性の支援活動を行うレッドボックスジャパンの協力を得て行います。)

設置期間：7月25日(火)～12月28日(木)  
設置場所：市内10地区交流センター・生涯学習センター・岡部支所分館  
文化センターの女子・多目的トイレ

※アンケート(生理用品の設置場所に対する意見など)にご協力をお願いします。  
生理用品設置場所で案内するQRコードでのアンケートになります。

## 休 館 日

8月

7日(月) 11日(金) 14日(月)  
20日(日) 21日(月) 28日(月)

9月

4日(月) 11日(月) 17日(日)  
18日(月) 23日(土) 25日(月)