



@七枯

日差しが暖かくなってきました。春の足音が少しずつ近づいてきていますね。これから卒業、入学のシーズン。新天地に向け準備開始！



2025 年度地域福祉交流事業

「～こころスツキリ！ 笑いヨガ～」

講師：笑いヨガティーチャー 岩本 美喜 氏

みなさん、最近笑ってますか？笑いが心身の健康に良いとわかっていても、気分が乗らないと笑えないですよね。。

笑いヨガとは、「笑いの動作をする体操」と「ヨガの呼吸」を組み合わせた健康体操です。健康効果を実感できるので、継続しやすい健康法です。

気分で笑うことも、体操で笑うことも「笑い」の健康効果は同じ。

みんなで一緒に笑って、心身共にリラックスしましょう♪



【と き】4月17日(木) 10:30～11:30

【対象・定員】一般の方16名程度(申込順) ※参加費、無料

【ところ】地域福祉交流プラザ ボランティア交流室

【申込み】4月1日(火)～14日(月)の間にお電話または直接窓口へ

お申し込みください。講師：笑いヨガティーチャー 岩本 美喜 氏

展示「なごやか ～利用者作品展～」

城東保健福祉複合棟3階にある静岡市支援センター『なごやか』をご利用のみなさんが、春をテーマに作成したアート作品を展示します。

あたたかみのある素敵な作品を、みなさん是非ご覧ください♪

【期 間】3月10日(月)～3月28日(金)

【ところ】地域福祉交流プラザ
ボランティア交流室



ボラ Café @ 城東

～みんなで楽しく折り紙・みんなで楽しく似顔絵～開催!

「みんなで楽しく折り紙・みんなで楽しく似顔絵」は、下記の日程でボランティア交流室にて開催しています。お気軽にお越しください。

【今後の日程】

「みんなで楽しく折り紙」2025年4月23日 水曜日

「みんなで楽しく似顔絵」2025年5月28日 水曜日

【と き】: AM10:00～11:30

【と ころ】: 地域福祉交流プラザ ボランティア交流室

【定 員】: 10名程度 ※参加費: 無料 先着順 当日直接お越しください。



★★お知らせ★★

○第1～2会議室の予約について

2025年7月分の予約受付は4月1日からおこないます。※予約は申込順

2025年度、第3会議室についてはご利用いただけませんのでご注意ください。

☆会議室をはじめてご利用される方は、利用目的確認のため、事前に登録のお手続きをお願いしています。

※原則、ご利用いただく日の5日前までに窓口でのご予約・申請のお手続きをお願いします。まとめてお手続きいただくことも可能です。

お支払いの際は、お釣りのないようお願いします。

尚、ご利用者様の都合による変更・取り消しについては、利用料の返還はできませんので、ご了承ください。



交流プラザ サービスのご利用案内

対 象: 社会福祉活動、これに準ずる活動を行う団体及び個人

休 館 日: 毎月第2日曜日、年末年始(12/29～1/3)

開 館 時 間: 8:30～21:00

第1～3会議室 令和7年4月～第3会議室は ご利用できません	8:30～12:00	13:00～17:00	18:00～21:00	8:30～17:00	13:00～21:00	8:30～21:00
	1,030円	1,270円	1,270円	2,310円	2,550円	3,590円
ボランティア交流室	●無料(予約可・貸切応相談) ※どなたでもご利用いただけます。					
簡易印刷機	製版1枚50円・印刷1枚1円 (用紙はご持参ください/両替できませんので小銭をご用意ください)					
車 い す	無料(要予約)・最長2週間の貸し出し ※台数に限りがあります					

城東保健社エリア 静岡市地域福祉交流プラザ

(指定管理者: 社会福祉法人 静岡市社会福祉協議会)

〒420-0846 静岡市葵区城東町 24 番 1 号 城東保健福祉エリア 保健福祉複合棟 1 階

電話:054-249-3183 FAX:054-209-0128

<https://www.shizuoka-shakyo.or.jp/shakyo/facilities/plaza/top>