

# うらしまホットサロン!!

老人福祉センター 横浜市うらしま荘  
 〒221-0063 神奈川区立町 20-1 神奈川図書館 2階  
 電話・FAX 045-401-5640

**ミニミニ講座を開催！ うらしま荘2階ロビーで随時実施!!**

(※1日1~2時間程度で1作品完成/実費として材料代をいただく事があります。)

買い物やお散歩ついでや神奈川図書館に来たら、フラットお立ち寄りください!!

※講座等は、予告なしに変更・中止になることがあります。予めご了承ください。

平成30年(2018年)1月の予定 合わせてボランティア講師も募集中!!

12/31	1	2	3	4	5	6
年末年始 休館日					初出	●裂き織り体験 10:00~12:00 ※新春うらしま寄席13:30~16:00
7	8	9	10	11	12	13
		休館日	♥健康相談 13:30~16:30	✿季節の折り紙 10:00~12:00	▲思い出おしゃべり隊 13:30~15:00	◎英語道 14:30~16:00
14	15	16	17	18	19	20
		★健康維持体操 12:15~13:15	♥健康相談 13:30~16:30			●裂き織り体験 10:00~12:00
21	22	23	24	25	26	27
		■編物で小物を 10:00~12:00	♥健康相談 13:30~16:30			◎英語道 14:30~16:00
28	29	30	31	2/1	2/2	2/3
		★健康維持体操 12:15~13:15	♥健康相談 13:30~16:30			

新年は1/5(金)より開館いたします。

※新春うらしま寄席~笑う門には福来る!みんなで笑って福を呼ぼう!~

平成30年1月6日(土)・13:30~16:00・参加費1人100円(=ホウ儀/おつりのないようにご準備を...)

定員:当日直接、先着50名

★健康維持体操/13:15~14:15...当日参加の気軽な体操!100円(保険料/当日徴収)上履き・動きやすい服装で

♥健康相談/13:30~16:30...先着順、無料。看護師が無料で健康相談に応じます。

▲思い出おしゃべり隊/13:30~15:00...月1回、先着順、無料。昔を思い出し楽しく語らう回想法で脳トレーニング!心身ともに元気に!

●裂き織り体験/10:00~12:00...先着順、無料。小さな作品を実際に織ります。2階ロビーに作品見本展示中!

■編物で小物を/10:00~12:00...先着順、無料。編み物で小物を作ります!!1月=1/23(火)1回のみ(余り毛糸がある方は、お持ちください。)

◎英語道/14:30~16:00...日本独自の武士道精神やことわざなどの日本語を外国人にも判り易いを英語に出来ますか?

✿季節の折り紙/10:00~12:00...月1回、毎回、季節に合ったカワイイ折り紙作品を作ります。

**うらしま荘は、60歳以上の方が1日愉しく過ごせる利用料無料の施設です!!**

60歳を過ぎて知らない人は、損をしているかも?お1人でも!ご夫婦でも!お友達やご近所さんを誘って遊びに来て下さい。

室名	内容	利用時間帯 他
無料給茶サービス		9:00~17:00...マイカップをご持参ください。
機能回復訓練室	卓球 他	12:00~13:30...ラケット貸出あり/講座等で卓球の出来ない日もあります。
娯楽室	囲碁・将棋	9:00~17:00
2階ロビー	テラうらしま 他 ホットサロン	9:00~17:00 (健康器具、デジタル血圧計あり) ミニミニ講座開催日あり、上記カレンダー参照
大広間 (和室/舞台)	無料休憩所 カラオケ	カラオケ 利用時間 9:45~12:00 (午前の部) (9:30 から歌う順番の予備抽選) 13:00~16:00 (午後の部) 但し、イベント開催のためカラオケのできない日もあります。

※他にもいろいろな団体サークルの活動もたくさんあります。見学できますので、一度ご来館ください。