

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)3月の予定 合わせてボランティア講師も募集中。

※時間はカレンダー下のピックで確認してください。



日	月	火	水	木	金	土
2/25	2/26	2/27	2/28	1	2	3
						●裂き織り体験
4	5	6	7	8	9	10
		★健康維持体操 ▲思い出おしゃべり隊	♥健康相談	✿季節の折り紙		◎英語道
11	12	13	14	15	16	17
		■編物で小物を	♥健康相談			●裂き織り体験
18	19	20	21	22	23	24
	休館日	★健康維持体操	春分の日 ♥健康相談は、22日木曜に振替	♥健康相談		◎英語道
25	26	27	28	29	30	31
		■編物で小物を	♥健康相談			

♪春のカラオケ発表会♪ 3月9日(金)・10日(土)両日とも10時から16時

みんなで楽しく唄いましょう!

日頃、うらしま荘でカラオケをご利用いただいている方々が練習成果を発表するための2日間。ご友人の応援団も大歓迎! お誘いあわせの上ご来館ください。

3月9日(金)【スペシャルゲストは、浦島小学校5年生の皆さんのコーラス発表! 感動の歌声をどうぞご鑑賞ください。】 両日とも♪お弁当・和菓子販売もあります。



★健康維持体操 12時15分から13時15分…当日参加の気軽な体操。100円当日徴収(保険料)上履き・動きやすい服装で

♥健康相談 1時半から4時半…先着順、無料。ベテラン看護師が血圧を計測し、健康相談に応じます。

▲思い出おしゃべり隊 1時半から3時…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時から12時…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時から12時…先着順、無料。編み物で小物を作ります。(余り毛糸があったら、お持ちください。)

◎英語道 2時半から4時…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英語に出来ますか?

✿季節の折り紙 10時から12時…月1回、毎回、季節に合ったかわいい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ください。

※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。