

うらしまだより

令和3年

7・8月号

発行：認定NPO法人こらぼネット・かながわ

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

TEL・FAX 045-401-5640

<http://www.kana-sisetu.jp/ura-top.html>



(題字：本波棲亭)

休館日

7月12日(月)

8月10日(火)



うらしま荘
マスコットキャラクター
うら爺

【趣味の教室・自主事業】7・8月のご案内

【横浜市内在住60歳以上の方対象】

ひざ・腰が楽！いす坐禅入門②

～坐禅で不安やストレスを和らげましょう～

坐禅をしてみたいが機会がない、ひざ・腰が辛いという方におすすめ！

日時：8月7日(土) 10:00～11:30 定員：8名(先着)

会場：うらしま荘 和室 参加費：200円(資料代)

申込：7月24日(土)9時～、窓口または電話



うらしま軽音楽倶楽部

投票期間は
7月15日(木)
まで

～うらしま荘版お気に入り洋楽ヒットソング総選挙～

所定の投票用紙にあなたのお気に入りの洋楽を3曲までご記入ください。

発表：8月7日(土) 13:00～14:30 参加費：無料

会場：うらしま荘 大広間

※うらしま荘専属MCが上位10曲(予定)を解説を付けてレコードをかけます。



【歴史講座中止のお知らせ】

令和3年7月25日(日)より全5回で予定しておりました歴史講座につきまして、講師都合により、中止させていただくことといたしました。大変申し訳ございません。

※講座はやむを得ず中止や変更になる場合がございます。予めご了承ください。

その他(当日参加できます)

健康維持体操

～気軽に参加できるお昼の体操です～

日 時: 7月6日(火)、7月20日(火)
8月3日(火)、8月17日(火)
第1・3火曜 12:15～13:15
参加費: 1人1回 100円(当日徴収)
会 場: うらしま荘 機能回復訓練室
持ち物: 上履き、飲み物

健康相談

～看護師が相談に応じます～

日 時: 7月7日(水)、7月14日(水)
7月21日(水)、7月28日(水)
8月4日(水)、8月11日(水)
8月18日(水)、8月25日(水)
毎週水曜 13:30～15:30
会 場: うらしま荘 さんご

老人福祉センターとは

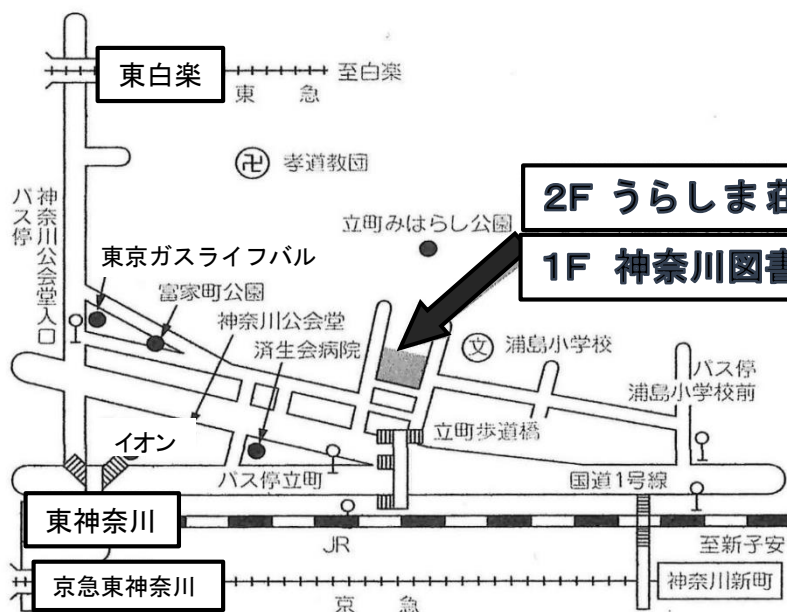
老人福祉センターは、元気な高齢者(60歳以上)の皆様が、健康で明るく日々の生活を
楽しむための**無料施設**です。見学は自由!

市民のための施設です。大広間やロビーで仲間とくつろいだり、健康相談や
「趣味の教室」「講座」を受講して教養を高めたり、またイベントや色々な団体・サークル活動
にもご参加いただける生きがいづくり、仲間づくりのための施設です。

お気軽に受付までどうぞお越しください。

※現在、新型コロナウイルス感染拡大防止のため一部利用制限がございます。

皆様のご理解、ご協力をお願い申し上げます。



電車: JR 「東神奈川」駅

京急「京急東神奈川」駅

東急「東白楽」駅

いずれも 徒歩15分

市営バス: 7・29・59系統

「立町」徒歩5分

住所: 神奈川県立町20-1

神奈川図書館2階

電話・FAX: 045-401-5640

イベントや自主事業などの詳細については、うらしま荘(電話 045-401-5640)までお気軽にお問い合わせください。