

# うらしまだより

令和4年

# 10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 神奈川県立町20-1

TEL・FAX 045-401-5640

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

(題字：本波棲亭)



休館日

10月11日(火)



うらしま荘  
マスコットキャラクター  
うら爺

## 「自主事業」のご案内

横浜市内在住60歳以上の方対象

### ワイン講座

～飲み比べ！美味しいワインの見極め方～  
ソムリエが選んだワインのテイスティングと  
ワインに合うおつまみを堪能

月 日：11月6日(日)

時 間：13:00～14:30

定 員：12名

参加費：2,000円

申 込：10月14日(金)9時～、窓口または電話

持ち物：食器用ふきん、手拭きタオル



### クリスマスリース講座

～簡単おしゃれ！クリスマスリース作り～  
手作りのクリスマスリースを作って  
クリスマス気分を演出

月 日：11月5日(土)

時 間：13:00～14:30

定 員：10名

参加費：1,500円(材料代)

申 込：10月14日(金)9時～、窓口または電話

持ち物：お持ち帰り用の袋



## はじめてのスマホ講座



～スマートフォンの基本的な操作を学びます～

スマートフォンを持っているが、  
使いこなせていないと思う方対象



月 日：11月8日(火)、11月15日(火)、11月22日(火)、11月29日(火)

12月6日(火)、12月13日(火)、12月20日(火)、12月27日(火) 全8回

時 間：① iPhone® (アイフォン) 11:00～12:00

② Android® (アンドロイド) 13:00～14:00

定 員：各10名

参加費：無料

申 込：10月18日(火)9時～、電話または窓口

協 力：ドコモショップリアルプラット東神奈川店



## 健康ミニセミナー

～寒さに負けず、元気に冬を過ごしましょう～

風邪とインフルエンザ、その対策と予防を学びます

月 日:11月2日(水)  
時 間:12:30～13:00  
定 員:15名  
参加費:無料  
申 込:当日直接  
講 師:上泉 淳子 先生



## 介護の基礎知識

～いざという時のために  
福祉用具の種類や使い方を学ぶ～  
福祉用具を実際に見て、触れて体験できます

月 日:11月14日(月)  
時 間:10:00～11:30  
定 員:15名  
参加費:無料  
申 込:10月24日(月)9時～、窓口または電話  
共 催:新子安地域ケアプラザ、反町地域ケアプラザ



## 健康維持体操

～当日、気軽に参加できるお昼の体操～

健康維持のために日々簡単にできる  
体操を学べます

月 日:10月4日(火)、10月18日(火)  
時 間:12:15～13:15  
定 員:25名  
参加費:100円(保険料)  
持ち物:上履き(運動靴)、飲み物  
服 装:動きやすい服装  
申 込:当日直接

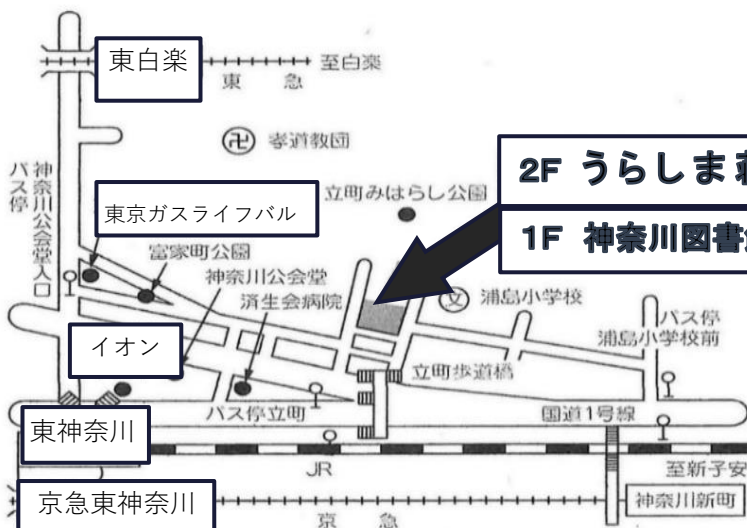


## ハロウィンイベント

～うらしま荘でハッピーハロウィン～

うらしま荘、受付前で  
ハロウィンのイベントを開催します

月 日:10月29日(土)、10月30日(日)  
時 間:10:00～14:00  
当日は「タートルぐらんぱーず」による、バルーンアートの実演、配布を行います。



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:神奈川区立町20-1  
神奈川図書館2階  
電話・FAX:045-401-5640