

うらしまだより

令和5年

4月号

(題字:本波棲亭)

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/uratop.html>



休館日
4月17日(月)



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」のご案内

横浜市内在住60歳以上の方対象

本格うどん打ち講座

～うどん打ちのプロが基礎を教えます～

プロの講師が一つ一つの工程を丁寧に教えます。
打ち立てうどんを特製のつけつゆで味わってください!

月 日:令和5年5月13日(土)

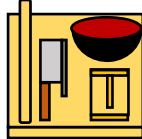
時 間:10:00～13:00

定 員:10名

参加費:1,000円(材料代、資料代)

申 込:4月14日(金)9時～、電話または窓口

講 師:勝又 敏昭 先生



美味しいコーヒーの淹れ方講座

～プロにハンドドリップコーヒーの淹れ方のコツを学びます～

コーヒー豆について学んだあと、ハンドドリップによる美味しいコーヒーの淹れ方を解説します

月 日:令和5年5月17日(水)

時 間:10:00～12:00

定 員:16名

参加費:500円

申 込:4月19日(水)9時～、電話または窓口

協 力:ドトールコーヒーショップEneJet六角橋店



暮らしの中の仏教語講座

～日常会話で知らないうちに使っている仏教語を学ぼう～

その意味や由来を知れば、ワンランク上の会話術が身につきます!

月 日:令和5年5月20日、6月24日、7月22日
8月19日、9月16日(5・8・9月第3土曜日
6月・7月第4土曜日、全5回)

時 間:10:00～11:30

定 員:20名

参加費:1,000円(5回分資料代)

申 込:4月21日(金)9時～、電話または窓口

講 師:宗興寺住職 中野 重哉



アロマ講座～講座&クラフト体験～

～和精油で作る2種のアロマ化粧水とハーブティーのひとつとき～

ハーブティーを飲みながら、お好みの香りの2種類のアロマ化粧水を作ります

月 日:令和5年5月27日(土)

時 間:13:00～15:00

定 員:10名

参加費:1,000円(材料代)

申 込:4月28日(金)9時～、電話または窓口

講 師:亀田 恵美子 先生



「自主事業」のご案内

横浜市内在住60歳以上の方対象

健康維持体操

～当日気軽に参加できるお昼の体操～

月 日:令和5年4月4日～令和6年3月19日
(休館日を除く第1・3火曜日)

時 間:12:15～13:15

定 員:当日先着25名

参加費:1人1回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



健康相談

～看護師に気軽に相談できます～

月 日:令和5年4月5日～令和6年3月27日
(毎週水曜日)

時 間:13:30～15:30

定 員:8名程度

参加費:無料

申 込:当日直接

※血圧測定もいたします



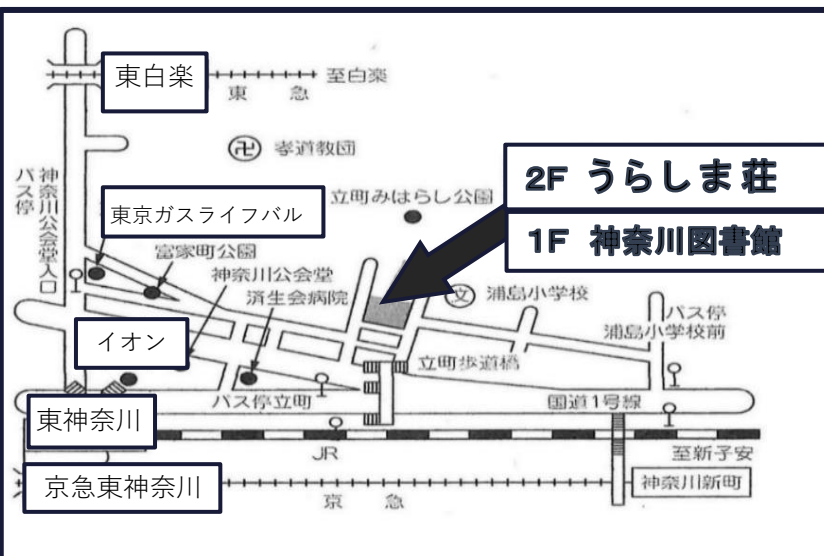
サービス満開のうらしま荘の春

- ・シャワー室利用の再開
- ・団体利用予約の制限(1か月2コマ、麻雀1コマ)の解除
確定日(原則10日)以降、部屋が空いていれば何件でも利用予約できます。
- ・社交ダンス・フォークダンス等、利用の際のフェイスシールド、手袋の着用の解除

その他のサービス向上の取組

- ・2階各部屋のWi-Fi環境の整備
- ・2階トイレのウォシュレット化

※詳しくはうらしま荘までお問い合わせください



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