

うらしまだよ

令和6年

1月号

発行：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/ura-top.html>



(題字：本波棲亭)

休館日

1月9日(火)



「趣味の教室・自主事業」のご案内

津軽三味線LIVE(ライブ)

～津軽三味線のプロフェッショナルな演奏をお楽しみください～

日時：令和6年1月27日(土) 13:00～14:00

参加費：300円(大人・子ども共に)

定員：40名

出演：澤田 勝紀 氏

会場：うらしま荘 会議室・機能回復訓練室

申込：1月11日(木)9時～、窓口または電話



ライフデザインノートを書いてみませんか？

～おひとりさまを元気に過ごすには～

日時：令和6年2月21日(水) 10:00～11:30

参加費：無料

定員：30名

講師：井上 康子 先生

会場：うらしま荘 会議室

申込：1月11日(木)9時～、窓口または電話

主催：神奈川県地域包括センター社会福祉士分科会、神奈川県高齢・障害支援課

協力：神奈川図書館



まかせて厨房

～健康のため、四季折々の食材を使った料理を楽しみましょう～

今回は寒い冬にピッタリの、サムゲタン風薬膳スープを作ります

日 時:令和6年2月5日(月) 10:00～13:00

参加費:800円(材料代)

定 員:12名

持ち物:エプロン、三角巾、フキン、手拭きタオル

会 場:うらしま荘 生きがい作業室

申 込:1月15日(月)9時～、窓口または電話



～60歳からの人生最盛期(サードエイジ)のシナリオづくり～ 人生100年時代の“生き生きシニアライフ”講座

～100歳大学 生き生きシニア養成講座～

あなたのシナリオづくりのお手伝い！健康で生きがいのあるこれからのシナリオを創りましょう

日 時:①令和6年1月20日(土)、②2月3日(土)、③2月17日(土)、④3月2日(土)、⑤3月16日(土)
9:30～11:30 全5回

参加費:500円(保険料、資料代)

定 員:20名

会 場:うらしま荘会議室

申 込:窓口または電話にて受付中

共 催:神奈川健康生きがいづくりアドバイザー協議会



仏像講座Ⅱ～講座&ウォーキング～

～心たおやかに学び・歩む 身近な庶民信仰と仏像～

第1回は座学、第2回では新春の願いも込めて、妙蓮寺・慈雲寺の鬼子母神を訪ねます

日 時:①座学:令和6年1月22日(月)10:00～11:30

②ウォーキング:令和6年1月29日(月)9:00～12:30

参加費:500円(保険料、資料代)

定 員:20名

会 場:①うらしま荘会議室

②妙蓮寺境内 集合(東急東横線 妙蓮寺駅下車)

申 込:窓口または電話にて受付中

共 催:神奈川区いまむかしガイドの会

