

# うらしまだよ

令和7年

## 4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  
<https://www.kana-sisetu.jp/ura-top.html>



(題字:本波棲亭)

休館日  
4月21日(月)



## 「趣味の教室・自主事業」のご案内

### 蔦屋重三郎と浮世絵師たち ～講座&ウォーキング～

～出版ブームの主演・蔦屋重三郎とそれを支えた戯作者と浮世絵師について学びます～

日時:①座学:5月26日(月)10:00～11:30  
②ウォーキング:5月30日(金)9:00～12:30

定員:20名

参加費:500円(保険料、資料代)

会場:①うらしま荘会議室



②集合場所については第1回でご案内します

申込:4月28日(月)9時～、電話または窓口

共催:神奈川区いまむかしガイドの会

### 手話体験会

～「目で見る言語」  
手話を体験してみよう!～

月日:5月21日(水)・5月24日(土)

時間:9:30～11:00

定員:10名

参加費:各回200円(資料代)

申込:4月11日(金)9時～、電話または窓口

※両日同じ内容です

## 「趣味の教室」ご案内 4月募集

### 二部合唱(前期)

～2つのパートで奏でるハーモニーを  
楽しみましょう～

月日:令和7年5月14日～令和7年9月24日

(第2・4水曜日、全10回)

時間:10:30～12:00

定員:34名

参加費:2,000円(譜面集代)

申込:往復はがき(4月11日～4月18日必着)



### ボイストレーニング(前期)

～童謡・唱歌を歌いながら、正しい発声法や  
腹式呼吸を学びましょう～

月日:令和7年5月14日～令和7年9月24日

(第2・4水曜日、全10回)

時間:12:45～14:00

定員:35名

参加費:1,300(歌本代)

申込:往復はがき(4月11日～4月18日必着)



「二部合唱」「ボイストレーニング」は、4月11日(金)～4月18日(金)必着で往復はがきでのお申し込みとなります。

①氏名(フリガナ)②郵便番号 ③住所 ④電話番号 ⑤年齢 ⑥希望講座名(〇〇希望)を明記のうえ  
申込期間内にご応募ください。応募多数の場合は抽選。当落は返信ハガキにてご連絡いたします。

# 「趣味の教室・自主事業」のご案内

## 美味しいコーヒーの淹れ方講座

～プロからハンドドリップコーヒーの淹れ方のコツを学びます～

コーヒーに関する講義のあと、ハンドドリップによる美味しいコーヒーの淹れ方を学び、試飲します

月 日:5月17日(土)  
時 間:10:00～12:00  
定 員:16名  
参加費:500円  
申 込:4月19日(土)9時～、電話または窓口



## 「月例」うらしま坐禅会

～坐禅で気持ちを健やかに～

はじめての方におすすめ！いす坐禅もできます

月 日:5月2日(金)  
時 間:10:30～11:30  
定 員:10名  
参加費:無料  
持ち物:タオル(警策を受けたい方)  
講 師:宗興寺 中野 琢哉副住職  
申 込:4月11日(金)9時～、電話または窓口



## うたごえ広場

～月に一度楽しく歌いましょう～



生演奏に合わせてみんなで歌います  
お申し込みはいりません



月 日:4月13日・5月11日(日)  
時 間:13:00～14:00  
定 員:40名  
参加費:無料  
申 込:当日直接



## 健康維持体操

～当日、気軽に参加できるお昼の体操～

健康維持に役立つ  
日々簡単にできる体操を学びます

月 日:4月1日・15日、5月6日・20日(火)  
時 間:12:15～13:15  
定 員:30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

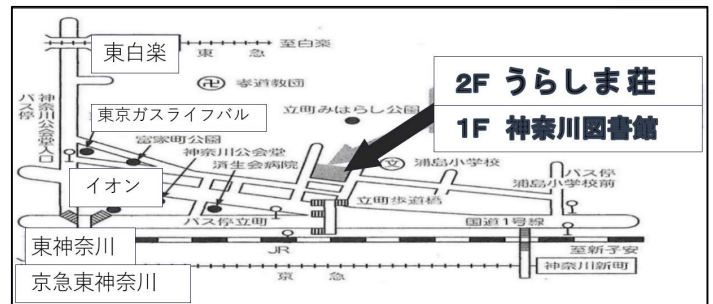


## 健康相談

～看護師に気軽に相談できます～

血圧測定もいたします  
お気軽にお越しください

月 日:4月2日・9日・16日・23日・30日(水)  
時 間:13:30～15:30  
定 員:8名程度  
参加費:無料  
申 込:当日直接



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  
バス: 市営バス:7・29・59系統「立町」徒歩5分

- うらしま荘にご提供いただく個人情報は、講座の目的以外への利用や第三者に提供することは一切ございません。
- 講座は、都合により内容が変更、やむを得ず中止になる場合がございます。予めご了承ください。