

平成 27 年
5 月号



福寿荘

第 94 号 だより

発行：老人福祉センター
横浜市福寿荘
発行日：平成 27 年 5 月 1 日
責任者：浦野 聡
編集：福寿荘だより編集委員
連絡先：〒241-0005
横浜市旭区白根 2-33-2
電話：045 (953) 5315
F A X：045 (953) 5317

新コミュニティスタッフ紹介 4月から4人が入りました。 宜しくお願い致します！

<午前> 池亀 利雄 (いけがめとしお) 岩本 昌子 (いわもと まさこ)

<午後> 久保 純子 (くぼ じゅんこ) 高橋 弘子 (たかはし ひろこ)

「椅子を使ってストレッチ」 始まります

気軽にご参加下さい。先着 15 名 ★

毎月 第 1 火曜日 12:10~12:40

★ 会場 2階 中広間

★ 対象者 60歳以上の横浜市民 先着 15名！

★ 参加費 無料

★ 持ち物 フェイスタオル・水 (水分補給)



5月5日(火)

10:30~15:00

菖蒲湯 

<地域開放>

年齢に関係なく、どなたでも
お越しいただけます。

福ふく演芸場

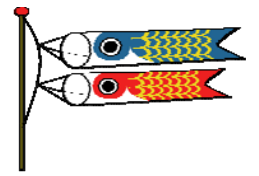
(落語を楽しむ会)

6月14日(日) 13時~14時

場所：1階 大広間

どなたでもどうぞ！

5月のおもな予定



日	月	火	水	木	金	土
					1	2 なかよし 余暇支援 9:30~11:30
3	4 体幹を 鍛えよう 15:00~16:15 (大広間) パソコン講座 9:30~11:30	5 菖蒲湯 福寿の会 13:00~14:30 健康福祉相談 13:00~14:00	6	7	8 	9
10	11 ゆるやかヨガ 15:00~16:15 (大広間)	12	13 気楽に ストレッチ 14:30~16:30	14 スロー筋トレ 9:30~11:30	15	16
17	18 体幹を 鍛えよう 15:00~16:15 (大広間) パソコン講座 9:30~11:30	19 映画上映会 「田舎の日曜日」 94分 (大広間) 13:00~	20 なかよし 余暇支援 15:30~16:15 (大広間)	21 健康福祉相談 13:00~14:00	22	23
24/ 31	25 ゆるやかヨガ 15:00~16:15 (大広間)	26 休館日	27 気楽に ストレッチ 14:30~16:30	28 スロー筋トレ 9:30~11:30	29	30

老人福祉センター横浜市福寿荘（指定管理者：横浜市社会福祉協議会）

相鉄線西谷駅前または鶴ヶ峰駅バスターミナルより市営バス福寿荘行き終点下車3分

〔横浜市内在住で満60歳以上、横浜市内在住の方の父母・祖父母(満60歳以上)であれば、

ご利用できます。初めての方は利用証をお作りします。身分証明書(保険証等)をお持ちください。

