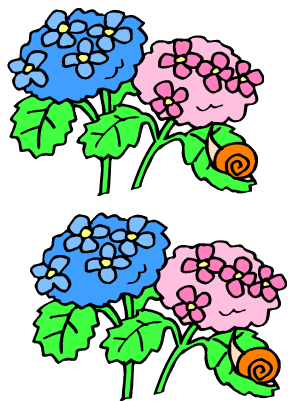


平成27年
6月号



福寿荘

第95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6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

福寿荘ってどんなところ？

福寿荘のご利用について



市内在住の60歳以上のかたがご利用できます。

利用時間は 9:00~17:00 (休館日は年末年始と毎月最終火曜日)

施設およびお風呂の利用は無料です。お茶の無料サービスもあります。

福寿荘では 多くの楽しみ方があります

講座 (ヨガ・日本画など)

教室に参加できます

※サークル活動もあります



大広間で歌 (カラオケ) や踊り

を楽しむ事ができます



囲碁・将棋を楽しむ事ができます



お風呂  にお入りいただけます

イスを使ってストレッチ

毎月 第一火曜日 12:10~12:40

- ★ 会場 2階 中広間 ★ 先着 15名
- ★ 参加費 無料
- ★ 持ち物 フェイスタオル・飲み物 (水分補給)

七夕のつどい 7月8日(水)午前

※朝採り野菜販売 ※白根保育園園児の舞台発表など予定

※歌声サロン 13:30~14:30 (大広間)

浴室利用休止のお知らせ

6月15日(月)~6月21日(日)

熱中症に注意!

今年も暑くなりそうです。

小まめに水分を補給しましょう。

6月のおもな予定

日	月	火	水	木	金	土
	1 体幹を鍛えよう 15:00~16:15 (大広間) パソコン体験教室 9:30~11:30	2 イスを使ってストレッチ教室 12:10~12:40 福寿の会 13:00~14:30 健康福祉相談 13:00~14:00	3	4	5 シニア大学 午前 (大広間)	6 なかよし 余暇支援 9:30~11:30
7	8 ゆるやかヨガ 15:00~16:15 (大広間)	9	10 気楽にストレッチ 14:30~16:30 笑って脳トレ 楽しく体操 12:30~14:30	11 スロー筋トレ 9:30~11:30	12 シニア大学 午前 (大広間)	13 3B体操 9:30~11:30
14 福ふく演芸場 <落語> (地域開放) 13:00~14:00 (大広間)	15 体幹を鍛えよう 15:00~16:15 (大広間) パソコン体験教室 9:30~11:30	16 映画上映会 「古都」 105分 (大広間) 13:00~	17 なかよし 余暇支援 15:30~16:15 (大広間)	18 健康福祉相談 13:00~14:00	19 シニア大学 午前 (大広間)	20
お風呂休止 6/15(月)~6/21(日)まで						
21 お風呂休止	22 ゆるやかヨガ 15:00~16:15 (大広間)	23	24 気楽にストレッチ 14:30~16:30 笑って脳トレ 楽しく体操 12:30~14:30	25 スロー筋トレ 9:30~11:30	26 シニア大学 午前 (大広間)	27 3B体操 9:30~11:30
28	29	30 休館日				

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。