

平成 28 年
12 月号



福寿荘

第113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 28 年 12 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(体操・ウクレレ・ウォーキング)

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 12:00~12:45

- ★ 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)

<不動丸小学校 3 年生への一日先生体験者募集>

①内容：そろばん・百人一首

②日時：12月14日(水) 10:00~11:30 (集合は福寿荘に 9:30)

※直接福寿荘に申込。詳細は福寿荘までお問い合わせ下さい。

※年末年始休館 12月27日(火)~1月4日(水)



12月のおもな予定



日	月	火	水	木	金	土
				1 横須賀 歴史散策	2	3 なかよし 余暇支援 趣味の部屋 9:30~
4	5 体幹 エクササイズ 15:00~ 大広間	6 イスを使って ストレッチ 12:00~ 福寿の会 13:00~	7	8 寒さ吹き飛ば わくわく ウォーキング	9	10
11 福ふく演芸場 13:00~14:00 大広間	12 コグニサイズ で若返り 15:00~大広間 水中リハビリ ウォーキング ②コース (旭フェール)	13	14	15 川崎 歴史散策 健康相談 13:00~14:00	16	17
18	19 体幹 エクササイズ 15:00~ 大広間	20	21	22	23 天皇誕生日	24
25 	26 コグニサイズ で若返り 15:00~大広間 水中リハビリ ウォーキング ②コース (旭フェール)	27	28	29	30	31
12/27(火)~1/4(水)まで休館です						
新年は 5 (木) から通常営業いたします。						



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。