

4月の自主事業

各チラシもご覧ください

申込:3月11日(火)~先着順 **電話か直接翠風荘へ**

事業名	開催日・時間	持ち物・その他
大人のバレエ	4月6日(日) 20日(日) 5月4日(日) 18日(日) 6月1日(日) 15日(日) 13:30~15:00	室内用シューズ (底が硬すぎない靴) タオル、飲み物
らくらく体操	4月9日(水) 10:30~11:45	タオル、飲み物
キューレン & ズンバ ゴールド Q-ren & ZUMBA Gold 骨盤体操ボディメンテナンス	4月9日(水) 10:00~11:30	ヨガマット、テニスボール、 長タオル、室内用ひも付運動靴 ツボ押し(ペン等代用可)
エンジョイ体操	4月10日(木) 10:00~11:30	室内用運動靴 長タオル、飲み物 ヨガマット
サトミちゃんといっしょ! 春山散歩	4月16日(水) 5月21日(水) 6月18日(水) 9:30~12:00 ごろ	飲料水、雨具、上着、行動食 トレッキングシューズ着用 材料費一律¥300
歌ってスマイル	4月18日(金) 13:00~15:00	飲み物
みんなで輪踊り	4月23日(水) 10:00~11:45	手ぬぐい、ハンカチ、飲み物
大人のステンドグラス講座	4月30日(水) 10:00~11:45	軍手、エプロン、スリッパ 材料費¥1500 申込:3/11~4/19 4/20以降のキャンセルは 材料費をご負担いただきます

老人福祉センター **横浜市翠風荘**

横浜市栄区野七里 2-21-1

☎ **891-4141** FAX **891-4143**

駐車場(無料)の確保はできません 公共交通機関をご利用ください

※60歳以上で、本人かお子さん・お孫さんが市内在住の方がご利用できます



翠風荘 令和7年4月

自主事業の日



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		5月のカラオケ 受付開始				
6	7	8	9	10	11	12
・大人のバレエ (中広間)			・らくらく体操 (大広間) ・Q- ren&ZUMBA Gold(骨盤体操 ボディメンテナ ンス) (中広間)	・エンジョイ体 操(萩・楓)	5月の自主事 業受付開始	
13	14	15	16	17	18	19
			・サトミちゃん といっしょ! 春 山散歩①(外)		・歌ってスマイ ル (大広間)	
20	21	22	23	24	25	26
・大人のバレエ (中広間)		休館日	・みんなで輪 踊り (大広間)			
27	28	29	30			
		<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;"> 緑:AM 紫:PM 赤:終 </div>	・大人のステ ンドグラス講座 (第1工作室)			

老人福祉センター横浜市翠風荘 (指定管理者: 特定非営利活動法人 さかえ区民活動支援協会)

横浜市内にお住いの60歳以上の方もしくは、お子さん・お孫さんが市内在住の方が無料でご利用できます。
初めての方は、利用証をお作りいたしますので、住所、氏名のわかるもの(健康保険証等)をお持ちください。

バス

- JR港南台駅 「栄プール」行 終点下車すぐ、「上郷ネオポリス」行 終点下車 徒歩7分
- JR大船駅 「栄プール」行 終点下車すぐ、「金沢八景駅」行 「長倉町」下車 徒歩10分
- 京急金沢八景駅 「大船駅」行 「長倉町」下車 徒歩10分、「上郷ネオポリス」行 終点下車 徒歩7分