



# 翠風荘

# 1月の自主事業

各チラシもご覧ください

申込：12月11日（木）～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
はじめての水墨画 (全2回)	1月6日（火）・1月20日（火） 13：30～15：30	書道道具一式（文鎮・下敷き 筆 大小2本以上・半紙・墨汁 筆洗）
エンジョイ体操	1月8日（木） 10：00～11：30	室内用運動靴・長タオル 飲み物
らくらく体操	1月14日（水） 10：30～11：45	タオル・飲み物
キューレン ズンバ ゴールド (初級)Q-ren & ZUMBA Gold 骨盤体操ボディメンテナンス	1月14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）
さわやかスポーツ グラウンドゴルフ	1月19日（月） 10：00～11：30	運動靴・タオル・飲み物 (雨天時：室内用運動靴)
心を整える写経教室	1月21日（水） 13：00～14：00	書道道具一式または筆ペン <b>材料費 ￥1200</b> 申込：12/11(木)～1/15(木) 1/16(金)以降のキャンセルは <b>材料費をいただきます</b>
翠のサロン（第105回）	1月25日（日） 13：30～14：30	ピアノ弾き語り スリッパ
キューレン ズンバ (中級)Q-ren & ZUMBA	1月28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）

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8年1月



## 自主事業の日

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3

## 冬季休暇

12月28日～1月4日

4	5	6	7	8	9	10
冬季休暇 12月28日～1月4日	・2月のカラ オケ受付開始	・水墨画① (第一工作 室)		・エンジョイ体 操(萩・楓)		
11	12	13	14	15	16	17
・2月の自主 事業受付開 始			・らくらく体操 (大広間) ・初級 Qren&ZUMB A Gold(骨盤 体操ボディメン テナンス(中広 間)	・雑学江戸時 代歴史講座 ④ (会議室)		
18	19	20	21	22	23	24
	・さわやかス ポーツ(外庭)	・水墨画② (第一工作 室)	・写経教室 (会議室)			
25	26	27	28	29	30	31
・翠のサロン 第105回 ピアノ弾き語 り (萩・楓)		休館日	・(中級)Q- ren&ZUM BA(中広間)	緑:AM 紫:PM		

老人福祉センター横浜市翠風荘 (特非)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、利用証をお作りします。住所、氏名、年齢のわかるもの(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