



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 材料費 ￥1200 申込：12/11(木)～1/15(木) 1/16(金)以降のキャンセルは 材料費をいただきます
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



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