



# 12月の自主事業

各チラシもご覧ください

【申込】11月11日（月）～先着順 **電話か直接翠風荘へ**

事業名	開催日・時間	その他 ・ 持ち物
和モダンお正月飾りを作ろう	12月3日（火） 9:50～11:50	材料費¥700 グルーガン グリースティック 室内用スリッパ
さわやかスポーツ グラウンドゴルフ	12月9日（月） 10:00～11:30	運動靴、タオル 飲み物（雨天時： 室内用運動靴）
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	12月11日（水） 10:00～11:30	ヨガマット、テニスボール、長タオル、室内用ひも付き運動靴、ツボ押し（ペン等代用可）
らくらく体操	12月11日（水） 10:30～11:45	タオル、飲み物
エンジョイ体操	12月12日（木） 10:00～11:30	室内用運動靴、長タオル、ヨガマット、飲み物
みんなで輪踊り	12月25日（水） 10:00～11:45	手ぬぐい、ハンカチ、飲み物
スマホ体験教室	12月26日（木） 12:50～14:50	室内用スリッパ

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6年12月



## 自主事業の日程

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
1月のカラオケ 受付開始		・和モダンお正月飾りを作ろう (第1工作室)				・詩吟教室⑨ (会議室)
8	9	10	11	12	13	14
	・さわやかスポーツ グラウンドゴルフ (外庭)		・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) 1月の自主事 業受付開始	・エンジョイ体操 (萩・楓)		
15	16	17	18	19	20	21
						・詩吟教室⑩ (会議室)
22	23	24	25	26	27	28
		休館日	・みんなで輪踊り (大広間)	・スマホ体験教室 (萩・楓)	緑: AM 紫: PM 赤: 終	
29	30	31				
<div style="border: 2px dashed purple; padding: 5px; display: inline-block;">           冬季休暇 12月28日～1月4日         </div>			 			

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ので、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