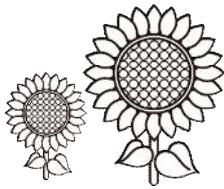


泉寿荘だより 8月号



〒245-0006 泉区西が岡3-11 TEL045(813)0861
ホームページhttp://senjusou.la.coocan.jp

◆ 泉寿荘は60歳以上横浜市にお住いの方ならどなたでもご利用できます。毎月第3日曜休館日 ◆

暑さ対策と体調管理に十分注意しましょう

日本列島が記録的な暑さに見舞われ、連日猛暑の日々が続いています。気温35度は気象庁が公表する5段階の「暑さ指数」で最高の「危険」レベルだそうです。

泉寿荘では、エアコンと併用して、暑さ対策を行っております。2階ベランダには日本の伝統でもある「すだれ」を吊るして遮熱効果を上げています。また、園芸ボランティアの協力で「フウセンカズラ」「アサガオ」などつる性植物をネットに絡ませてグリーンカーテンに仕立て、部屋の温度を下げる取り組みを行っています。涼を求めて泉寿荘に来てはいかがでしょうか。

熱中症対策をしっかり行い、くれぐれも体調管理にご注意してください。

泉寿荘所長

登録団体の皆様へ 10月～12月 施設利用調整会議・申込書提出のお知らせ

☆施設利用調整会議 8月23日(木) 10時より …重複団体のみ

☆施設利用申込書の提出〆切 9月15日(土)

重複した団体には、8月10日迄に連絡致しますので、調整会議にご出席願います。

重複のない団体は、施設利用申込書を配布いたしますので、ご提出ください。

8月の予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3 わいわいクラブ パン販売 	4
5 機能回復個人利用 写経 ヒップホップ	6 大広間午後 利用できません	7	8 大広間午後 利用できません 共働きパン販売 	9	10	11
12 機能回復個人利用 写経 コアコンディショニング	13	14	15	16	17 わいわいクラブ パン販売 	18 せんじゅまつり 団体申込み〆切
19 休館日	20 大広間午後 利用できません	21	22 大広間午後 利用できません 共働きパン販売 	23 施設利用 調整会議	24	25
26 機能回復個人利用 写経 筋力脳力アップ	27	28	29 落語を楽しむ会	30	31 せんじゅまつり 展示・体験 団体打合せ 	

・・・・・ 趣味の教室8月のご案内

老人福祉センター 横浜市泉寿荘 泉区西が岡3-11 TEL045(813)0861



落語を楽しむ会

◆◆演目◆◆

- 『搗屋幸兵衛』 古今亭志ん朝
『一人酒盛』 三遊亭圓生
『お化け長屋』 立川 談志



8月29日(水)
13:00~15:00

定員 70名 (当日先着)
参加費 無料
場所 一階会議室

予告

10月開講 趣味の教室

10月から始まる『趣味の教室』を紹介します。

【申込】 9月1日(土)~9月15日(土)

- ◆健康と心の安らぎ 健康詩吟 1・3金曜10時
◆初心者のための将棋教室 2・4火曜13時
◆ズンバ ゴールド 1・3土曜13時45分
◆ノルディックウォーキング 2・4水曜13時
◆優しいヨガ 2・4水曜14時45分
◆健康体操 毎木曜13時

心安らかに 般若心経を写す

8月5日、12日、26日(日)9時~12時

先着16名 *筆ペンをご持参ください。

日曜日は 楽しく筋力アップ!

14:15~15:30 参加費100円

申込 当日12時まで電話あるいは窓口まで

冷房の効いた体育館で気持ちの良い汗をかきましょう。
夏バテしない身体づくりを!

8月5日 ヒップホップで有酸素運動

体をほぐしながら、ヒップホップの音楽にあわせて
踊りましょう!

8月12日 コア・コンディショニング

姿勢を正しく保つために、体の芯(コア)を鍛えましょう

8月26日 筋力・脳力アップ体操

頭と体の運動は意外と難しい!でも、慣れない動きは、
前頭葉の活動を高めてくれます。
気軽にご参加ください!



30周年記念せんじゅまつり

参加者募集のおしらせ



10月20日(土)21日(日)9:30~15:30

《団体参加募集》 7月16日(月)~8月18日(土)

- ◆演芸・活動の発表 団体利用者の活動発表 (1団体30分以内)
◆作品の展示 素晴らしい作品を楽しみしております。体験コーナーも。
◆体験コーナー 日頃の活動を皆様に体験していただく良い機会です。
参加をお待ちしています。

《個人演芸募集》 9月10日(月)~9月15日(土)

- ◆個人演芸の発表 1人5分以内・応募者多数の場合抽選・出演順抽選
団体で参加の方も個人演芸に申込可能です。