

令和3年6月1日発行  
 NPO法人  
 中川コミュニティグループ  
 老人福祉センター  
 横浜市泉寿荘  
 NO.123

# 泉寿荘だより 6月



〒245-0006 泉区西が岡3-11 Tel.045 (813) 0861

❖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❖

## ご利用者の皆様へ

梅雨の季節となりました。体調管理には十分お気をつけてご来館ください。また、新型コロナウイルスも各地で感染拡大が進んでいる現状を踏まえ、下記感染対策を怠ることなく、ご注意ください活動していただきますようお願いいたします。

実施期間 令和3年5月1日(土)～6月30日(水) \*感染状況により延長の可能性あります

- ・活動中は必ず1m以上の間隔をあけてください。
- ・来館の際は自宅で検温し、体調の悪い方は来館をご遠慮ください。
- ・マスクの着用、手指の消毒をお願いいたします。
- ・30分毎の定期的な換気にご協力ください。
- ・施設内での飲食は原則不可とします。(水分補給は除く)
- ・施設利用は原則半日までとします。
- ・麻雀の団体利用はできません。
- ・カラオケ、大広間の個人演芸は引き続きご利用できません。

## ～泉寿荘 利用者懇談会 6月30日(水)10時より～

利用者懇談会を上記の日程で開催いたします。個人利用の皆さま、団体利用の皆さまのご意見を伺い、今後の施設運営に生かしていきたいと思っております。また、当施設ではロビーにご意見箱を設置しております。ご意見・ご要望がありましたら、受付またはご意見箱にていつでもお伺いいたします。

\*新型コロナウイルス感染防止のため、変更の可能性もございます。ホームページ・お電話等でお確かめの上、ご参加ください。



## 6月の予定

日	月	火	水	木	金	土
		1 申込開始	2	3	4	5
		シニア大開講式				
6 ヒップホップ 機能回復個人利用 写経	7	8 ノルディック ウォーキング×切	9 共働舎パン販売 ノルディック ウォーキング	10	11	12
13 コアコンディショニング 機能回復個人利用 写経	14	15	16 座ってできる ズンパ®ゴールド 申込×切	17	18 座ってできる ズンパ®ゴールド	19 スクエアステップ ×切
20 休館日	21	22 スクエアステップ ノルディック ウォーキング×切	23 共働舎パン販売 ノルディック ウォーキング	24 蓮の花×切	25 韓紙で作る蓮の花 落語を楽しむ会 ×切	26
27 筋力脳力アップ 機能回復個人利用 写経	28 園芸ボランティア	29 落語を楽しむ会	30 利用者懇談会			

# 6月の趣味の教室のご案内

## 心安らかに 般若心経を写す

一字一字丁寧に経文を書き写すことで、日頃のストレスから解放されたり、脳の活性効果が期待できます。

6月6日、13日、27日(日)9:00~12:00 無料  
定員12名(当日先着) \*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

前日16時まで電話または受付まで 定員20名(多数抽選)

6月6日 ヒップホップで体を動かそう

6月13日 コア・コンディショニング

6月27日 筋力脳力アップ体操

## 座ってできるズンバ®ゴールド

音楽に合わせてながら、楽しく体を動かすダンスエクササイズ。運動が苦手な方、激しい動きの出来ない方も、笑顔で楽しみながら体を動かせます!

6月18日(金)10:00~11:00 

【定員】 15名

【参加費】 100円(保険料)

【申込】 6月1日(火)~6月16日(水)

電話あるいは窓口へ

## ノルディックウォーキング

三密を避け、季節の散策をしてみませんか?  
貸出用ポールもごさいます。

6月9日・23日(水) 13:00~15:00



【申込】 6/1(火)~ 各前日16時まで  
お電話または窓口へ

【参加費】 100円(保険料) \*雨天中止

## 歩く脳トレ スクエアステップ

ステップパターンを覚えて間違えないように足踏み(ステップ)しながら進みます。脳トレ、下肢のトレーニングに効果のあるエクササイズです。

6月22日(火) 10:00~11:30 

【参加費】 100円

【定員】 15名 \*多数の場合、抽選

【申込】 6/1(火)~6/19(土)お電話または窓口

## 落語を楽しむ会

6月29日(火) 13:00~15:00

【定員】 20名 \*多数抽選 \*参加費 無料

【申込】 6/1(火)~6/25(金) お電話または窓口へ

◆◆◆◆演目◆◆◆◆

『小言幸兵衛』

柳家 小三治

『愛宕山』

古今亭 志ん朝

『らくだ』

三遊亭 圓生 

~お盆の供養に~

## 韓紙で作る蓮の花

韓国の和紙、韓紙(ハンジ)で蓮の花を作ります。  
韓国らしい鮮やかな色彩の蓮の花は、インテリアとしても素敵です。



【募集人数】 13名(多数抽選)

【材料費】 800円

【申込】 6/1(火)~6/23(水)

電話または窓口へ

## ご利用にあたってのお願い

### 《個人利用について》

- ・娯楽室は、受付にてお申し込みください。(最大4組8名まで)  
\*見学をすることはできません。相手のいない方は娯楽室の外でお待ちください。  
12:00~13:00消毒・換気のため利用できません。
- ・日曜日の機能回復個人利用は、受付にてお申し込みください。  
\*10人30分の入れ替え制とさせていただきます。
- ・シャワー室は、換気機能が不十分のため利用できません。

### 《団体利用について》

- ・会議室は机1台につき1名の利用でお願いいたします。 \*机が足りない場合はご相談ください。
- ・生きがい作業室、工作室は向かい合わず1mの間隔をあけてご利用下さい。
- ・囲碁、将棋の団体利用は、7組までとします。(飛沫防止シート及び消毒作業のため)
- ・麻雀の団体利用は、3卓までとします。(麻雀パイ消毒のため)  
\*必ずフェイスシールドを着用して下さい。 \*麻雀は、当面の間ご利用はできません。
- ・コーラス、民謡、詩吟は、マスク着用の上、前後2m左右1m以上の間隔をあけてご利用ください。
- ・卓球は、3台まで、試合形式のダブルスはご遠慮ください。
- ・社交ダンスは、シャドウでお願いいたします。