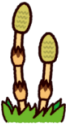


A stylized illustration of a pink cherry blossom tree with a brown trunk and a large, rounded canopy of pink flowers. Several pink petals are shown falling from the tree.

日	月	火	水	木	金	土
	☆申込開始 ●座ってできるズンバ®ゴールド ●音楽とともに楽しむ絵本の世界 ●横浜シニア大学 ●落語を楽しむ会 ●スクエアステップ ●ノルディックウォーキング ●歌声ひろば				1 施設利用調査表 配布開始	2
3 ヒップホップ 機能回復個人利用 写経	4	5	6	7	8	9
10 コアコンディショニング 機能回復個人利用 写経	11 郷土史申込開始 ノルディック ウォーキング×切	12	13 共働舎パン販売 ノルディック ウォーキング 座ってできるズンバ ®ゴールド×切	14 なごみの広場	15 座ってできる ズンバ®ゴールド	16
17 休館日	18 音楽とともに楽し む絵本の世界×切	19	20 音楽とともに楽し む絵本の世界 歌声ひろば×切 落語×切	21	22	23
24 筋力脳力アップ 機能回復個人利用 写経	25 歌声ひろば 園芸ボランティア ノルディック ウォーキング×切	26 歩く脳トレ スクエアステップ	27 共働舎パン販売 ノルディック ウォーキング	28	29 落語を楽しむ会	30 施設利用調査表 ×切

歩く脳トレスクエアステップ 郷土史 申込×切



落語を楽しむ会



4月29日(金) 13:00~15:00



『長屋の花見』 柳家小さん
『愛宕山』 古今亭志ん生
『御神酒徳利』 柳家小三治
定員25名(多数抽選) 参加費 無料
4/1(金)~4/20(水) 電話または受付まで

音楽とともに楽しむ絵本の世界

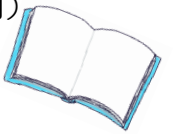
4月20日(水) 10:30~11:30

心地よい音楽とともに絵本の世界を楽しむコンサートリーディングです。ゆったりとした時間が流れ、心が癒されます。

【申込】4月1日(金)~4月18日(月)
電話または受付まで

【参加費】100円

【募集人数】15名(多数抽選)



歌声ひろば

4月25日(月) 13:00~15:00

なつかしい歌、青春の歌をみんなで歌いましょう。

【申込】4月1日(金)~4月20日(水)
電話または受付まで

【参加費】無料

【募集人数】20名(多数抽選)



健康・生きがい・仲間づくりで脳活を!

なごみの広場

4月14日(木) 10:00~11:30

❖ デイサービスについて知ろう!

地域包括センター 岡津ケアプラザ

❖ レコードコンサート 青春のアメリカンポップス

【定員】30名(当日先着) 【参加費】無料

座ってできるズンバ®ゴールド

4月15日(金) 10:00~11:00

音楽のリズムに合わせながら、楽しく体を動かすダンスエクササイズです

【申込】4月1日(金)~4月13日(水)
電話または受付まで

【参加費】100円

【募集人数】15名(多数抽選)



歩く脳トレスクエアステップ

4月26日(火) 10:00~11:30

【申込】4月1日(金)~4月24日(日)

電話または受付まで

【参加費】100円 【募集人数】15名(多数抽選)



日曜日は楽しく筋力アップ!

❖ 4月3日 ヒップホップで有酸素運動

❖ 4月10日 コア・コンディショニング

❖ 4月24日 筋力!脳力!アップ体操

14:15~15:30 参加費100円先着20名

申込: 前日16時迄 電話または受付まで

みんなで歩こう ノルディックウォーキング

● 4月13日(水) 13:00~15:00

● 4月27日(水)

【申込】4月1日(金)~各2日前まで
電話または受付まで

【参加費】100円

【募集人数】15名(多数抽選)*雨天中止

❖ ポールの貸し出しもあります。



心安らかに般若心経を写す

4月3日、10日、24日(日)

9:00~12:00 無料

先着12名(当日先着) *筆ペンをご持参ください。

ご利用にあたってのお願い

◎不織布マスク着用・手指消毒・検温等ご協力お願いいたします。

◎来館の際はご自宅で検温し、体調の悪い方は来館をご遠慮ください。

◎活動中は必ず1m以上、できれば2mの間隔をあけてください。

◎30分毎の定期的な換気にご協力ください。

◎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。

*ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。



令和4年度 横浜シニア大学申込受付



【申込期間】4月1日(金)~5月6日(金)

【泉寿荘実施日】6月7日~7月26日

10:00~11:45 毎週火曜日

【定員】35名(多数抽選) *申込は受付まで

【受講料】1500円(シニアクラブ会員)

2500円(非会員) *詳しくは泉区事務局まで

☎045-410-9799