4月の趣味の教室のご案内

健康・生きがい・仲間づくりで脳活を！

なごみの広場

4月10日(木)　10:00～11:30

✿聞こえの勉強会　岡津地域ケアプラザより

✿ウクレレ演奏会　緑園ウクレレクラブ

【参加費】100円（コーヒー代）

＊コーヒーだけでも、どなたでもご参加いただけます

＊マイカップをご持参ください。

座ってできるズンバ®ゴールド

4月18日(金)10:30～11:30

座って楽しく身体を動かすダンスエクササイズ。
運動が苦手な方でも楽しく体を動かせます。

【申　込】4月1日（火）～4月15日（火）
＊ 電話または受付まで

【参加費】　100円（保険料）

【募集人数】　27名（多数抽選）

落語を楽しむ会

4月30日(水) 13:00～15:00

◆◇◆◇演目◇◆◇◆

『紙入れ』　柳家小さん

『鰻の幇間』　古今亭志ん朝

『三年目』　柳家小三治

【定員】60名（当日先着）　【参加費】無料

日曜日は楽しく筋力アップ！

14:15～15:30

✿4月6日　3B体操

✿4月13日　コア・コンディショニング

✿4月27日　筋力!脳力!アップ体操

【申　込】前日16:00まで　電話または受付まで

【参加費】100円（保険料）

【募集人数】30名（多数抽選）

楽しく踊ろう！盆おどり

4月14日(月)

13:00～14:30

盆踊り大会へ向けて、練習しませんか？

踊る阿呆に見る阿呆。
同じ阿呆なら踊らにゃそんそん

【参加費】　無料

【募集人数】　20名　当日先着順

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。

4月6日、13日、27日（日）
9:00～12:00

*先着15名（当日先着）無料

*筆ペンをご持参ください。

令和7年度 横浜シニア大学申込受付

今年もシニア大学が開催されます。楽しい講座が企画されていますので、是非、ご参加ください.

【申込期間】　4月1日(火)～5月7日(水)

【共通講座】　7/7(月)（関内ホール）
13：30～16：00

【泉寿荘実施日】　6/3・10・17・24　7/1・15
10：00～11：45　火曜日

【定　員】　40名（多数抽選）

【申　込】　泉寿荘受付まで

＊問合せ先　泉区シニア連合会事務局
☎080-5524-3319(9:00～16:00)

※詳細はチラシをご覧ください。

介護予防講座

ゲームスポーツで ボーリングを楽しもう!!

4月11日・25日（金）10：00～11：30

1970年代に到来した空前のボーリングブーム。皆さんもボーリング場へ通ったのではないでしょうか？ゲームスポーツ　ボーリングでボーリング場を訪仏させる楽しいひとときをご一緒しませんか？

【申　込】　4/1(火)～
各回ごとに受付又は電話にて申込

【定　員】　10人(先着)

【参加費】　100円

★…★…★…★…★…★…★…★…★…★

ゲームスポーツ普及講師ボランティア募集

コンピューターゲーム・ボーリングが好きな方、ゲームスポーツに興味のある方、講師ボランティアとしてお手伝いいただけませんか？
詳細はスタッフまで