



11月の趣味の教室のご案内



老人福祉センター横浜市泉寿荘 泉区西が岡3-1-1 ☎045(813)0861

劇場への招待 第75回映画鑑賞会

『女が階段を上がる時』

11月30日(日) 13:00~15:00

【参加費】 無料【定員】 60名(当日先着)

1960年に公開された成瀬巳喜男監督による日本映画。
ストーリーは菊島隆三が手掛けたオリジナル作品で、彼にとっては
初プロデュース作品。黛 敏郎の手によるジャジーな音楽も都会性を
盛り上げています。主要人物の衣装考証を高峰秀子が兼任しています。

【監督】 成瀬巳喜男 【出演】 高峰秀子・森 雅之・仲代達矢



介護予防講座

いきいき美容教室



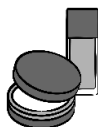
12月15日(月) 10:00~11:00

「化粧」は、自分に自信が持てたり気持ち明るく
なったりします。メイクやスキンケアをプロから学び、
肌や表情の変化を楽しみ、心も体も元気にしませんか？
男性も是非ご参加ください。

【申込】11/10(月)~12/4(木) 受付又は電話にて

【定員】40名(先着順) 【参加費】無料

*化粧を落とすところから始めます。
メインはスキンケアとメイクです。



日曜日は、楽しく筋力アップ!

14:15~15:30



日曜日の午後、体を音楽にのせて
ゆっくり動かしながら、リラックス&トレーニング
しませんか? 気軽にお申込みください!

☀ 11/2 3B体操

☀ 11/9 コア・コンディショニング

☀ 11/23 筋力! 脳力! アップ体操

【申込】各前日16時まで 電話または受付へ

【定員】30名(多数抽選) 【参加費】100円(保険料)

健康・生きがい・仲間づくりで脳活を!

なごみの広場

11月13日(木) 10:00~11:30

◆転倒防止教室 岡津地域ケアプラザ

◆男声コーラス いずみメールクワイア

【参加費】100円

*美味しいコーヒーを飲むだけでもOK!
どなたでもお気軽にご参加いただけます。
マイカップをお持ち下さい。



心安らかに般若心経を写す

11月2日、9日、23日、30日(日)

✧当日先着15名 ✧筆ペンをご持参ください

*どなたでもご参加いただけます。



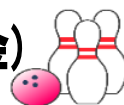
介護予防講座

ゲームスポーツで

ボーリングを楽しもう!!

11月14日(金)・28日(金)

10:00~11:30



ゲーム機を使ってボーリングを楽しみます。位置、方向、
投げ方など様々な工夫をしながらストライクを目指し
ます。力がなくても、座ったままでも参加いただけます。
一度、体験なさいませんか?

【申込】11月1日(土)~ 受付又は電話にて

【定員】12人(先着) 【参加費】100円

楽しく踊ろう! 輪踊り教室

11月17日(月) 13:00~14:30

楽しく踊って足腰の筋力もアップしましょう!
気軽にご参加ください。

当日先着 20名

参加費 無料

