

泉寿荘だより 2月号



〒245-0006 泉区西が岡3-11 TEL045 (813) 0861
ホームページ <http://nakagawa-com.net/>

◆ 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
開館時間9:00~17:00

4月開講 趣味の教室

【申込】2月16日(月)~3月14日(土)

※初めて参加される方を対象にした講座です

~暮らしにとけこむ~ 『生け花教室』

「花にふれて季節を感じる」そんな心にゆとりのある生活をおくりませんか？おしゃべりしながら新しいお仲間と花時間を過ごしましょう。

●日程 4/2・16 5/7・21 6/4・18
7/2・16 8/6・20 9/3・17
10:00~12:00 第1・3木曜日 全12回

●定員 16名

●参加費 3000円 (1ヶ月分花材費)
合計 18000円



~食べきる知恵で健康に~

『作り置きおかずの会』

食べきる工夫と知恵でお財布にも優しい、身体にも優しい「作り置きおかず」を作ります。レシピに頼らず「自分らしい料理」を参加者同士でも学びあいます。手作りスイーツでお茶もします。

●日程 4/6 5/11 6/1 7/6 8/3 9/7
13:30~15:30 第1月曜日 全6回

●定員 6名 *5月は第2月曜

●参加費 4400円(材料費)
*4月と7月に2200円集金



『将棋初心者教室』

将棋は単純なルールながら奥深く戦略性の高いゲームです。一手一手に思考を凝らし、相手の意図を読み解くのが醍醐味です。さあ、始めませんか？

●日程 4/4・18 5/16・30 6/6・20
7/4・18 8/1・29 9/5・19
10:00~12:00 第1・3土曜日 全12回
*5月は第3・5土曜

●定員 20名

●参加費 500円 (教材費)



春から新しいことを始めませんか!?

官製はがき持参で受付まで

『社交ダンス初級教室』以外の教室は往復はがきに、
講座名・氏名・年齢・住所・Telを明記の上郵送でも可

心ハレルヤ 『ゴスペル教室』

合唱とは一味違う、パワフルで元気なゴスペルソングでわくわくしませんか？ボイストレーニングもやりながら身体から声を出していきます。新しいお仲間と心も体も生き生きしましょう。

●日程 4/9・23 5/14・28 6/11・25
7/19・23 8/27 9/10・24
13:00~14:30 第2・4木曜日 全11回

●定員 20名

●参加費 800円 (教材費)



~楽しくステップ~

『社交ダンス初級教室』

ダンスは多様な動作を含むため、下肢筋力、バランス柔軟性を鍛えることが出来ます。踊ることにより、姿勢も良くなります。曲に乗って楽しくステップ。新しい一步、踏み出しませんか？

●日程 4/6・20 5/4・18 6/1・15
7/6・20 8/3・17 9/7・21
15:00~16:45 第1・3月曜日 全12回

●定員 15名

●参加費 500円 (教材費・保険料)



介護予防講座

ゲームスポーツでボーリングを楽しもう !!

2月13日(金)・27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。
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】2月1日(日)~

電話または来館にて受付で

【定員】12人(先着) 【参加費】100円

