

緑ほのぼの荘 だより

令和元年

7

月号

第81号



発行者 老人福祉センター横浜市緑ほのぼの荘

アドレス <https://kyosaikai.jp/honobono-news/>

所在地 横浜市緑区十日市場町825-1

電話 045-985-6323

指定管理者



社会福祉法人 神奈川県匡済会

ありがとうございました 令和展

6月10日(月)から6月23日(日)まで、令和展を開催いたしました。
タウンニュースさんにも掲載していただき、多くの方がご覧になっていました。
また、展示にご協力くださいましたみなさま、ありがとうございました。



ほのぼのコンサート 開催決定

日時：10月15日(火) 午後4時開演(5時終演予定)

会場：1階ホール

出演者：決定しましたらお知らせいたします。



講座のお知らせ

緑ほのぼの荘では、介護予防事業として健康増進エクササイズを開催します。
ぜひ、ご参加ください。

緑ほのぼの荘 介護予防事業

健康増進 エクササイズ



楽しく体を動かしてみませんか？！

コース1 姿勢改善・転倒予防エクササイズ(全7回)

9月 2日(月) 初めに姿勢・体力測定
9月 9日(月) エクササイズ
9月23日(月) エクササイズ
9月30日(月) エクササイズ
10月 7日(月) エクササイズ
10月14日(月) 効果をチェック！姿勢・体力測定
10月28日(月) まとめのエクササイズ

各日 午前9時30分～11時

申込期間
7月23日(火)
～
8月23日(金)

コース2 認知機能低下予防エクササイズ(全7回)

11月 4日(月) 初めに姿勢・体力測定
11月11日(月) エクササイズ
11月19日(火) エクササイズ
11月25日(月) エクササイズ
12月 2日(月) エクササイズ
12月 9日(月) 効果をチェック！姿勢・体力測定
12月23日(月) まとめのエクササイズ
各日 午前9時30分～11時 ※11月19日のみ12時～13時30分

申込期間
9月24日(火)
～
10月18日(金)

対象：市内在住の60歳以上 定員：各コース30名 参加費：無料
持ち物：運動しやすい服装、室内履き用の靴
申し込み方法：電話または直接ほのぼの荘へ
※コース1を受講された方は、コース2のご応募はできません。

老人福祉センター横浜市緑ほのぼの荘 電話：045-985-6323





6月からお仕事をさせていただいております^{ながえたえこ}永柄妙子です。
利用者の方が有意義なひと時をお過ごしになれますよう、
お役にたてれば嬉しいです。
どうぞよろしく願いいたします。

🌙 **七夕飾り開催** ☆



1階ロビーに、6月24日(月)から7月7日(日)まで、七夕飾りを展示しております。

今年は、諸般の事情でエレベーター前での開催となっております。

来館された方に短冊を書いていただいた願いごとを飾ったり、折り紙教室の先生と折り紙グループの方が作られた飾りをつけております。

みなさんもどうぞ、願いごとを短冊に書いてください。

ゴーヤのカーテンが出来ました

3階娯楽コーナーの屋外に、4株の苗を植え、
緑のカーテンになりました。

今年は良い苗なのか、小ぶりな実が沢山出来ます。



大広間のカラオケ フルコーラスタイムのお知らせ

7月28(日) 午前中

※カラオケをまるまる1曲、途中で切らないで流します。

健康相談日のお知らせ

7月26日(金) 午後2時30分～午後3時

「病気かどうか気になる…」、「何科にかかるのが良いのか…」、「健診(検診)結果が不安…」、「伴侶が…」など、
医師があなたの医療・健康の相談にのります。



医師 高津内科医院 院長 高津 竜太郎 先生
申し込み 当日午前9時から受付
当日必要なもの 老人福祉センター利用証・診察券

※老人福祉センター利用証をお持ちでない場合は、ご相談前に作成していただく必要があります。
本人確認できるもの(住所・氏名・生年月日が入っているもの)をご用意ください。
※診察券は、2回目以降に必要になります。
※健康相談日は、カラオケの午後2回目の抽選時間が2時30分から2時20分になります。
(午後1回目の抽選時間に変更はありません。)

休館日のお知らせ

7月15日(月・祝)

緑ほのぼの荘は、毎月第3月曜日がお休みです。
来館される際は、ご注意ください。

老人福祉センター横浜市緑ほのぼの荘利用案内

利用時間 午前9時から午後5時(受付は午後4時45分までです)
利用できる方 市内在住の60歳以上の方
または、市内在住の方の60歳以上の父母・祖父母
利用方法 受付で老人福祉センター利用証を提示してください。
利用証をお持ちでない方は、運転免許証・保険証などの
本人確認できるものをご持参ください。
利用料 無料
交通 J R横浜線十日市場駅徒歩5分(緑図書館の2階)
申込・連絡先 電話 985-6323
所在地 緑区十日市場町825-1
ホームページ <http://www.kyosaikai.jp/> (ブログもあります)



インターネットから、講座・イベントのおしらせ、開催した講座の様子、
毎月発行の「緑ほのぼの荘だより」がご覧いただけます。

アドレスは、<https://kyosaikai.jp/honobono-news/>

または、 で検索



QRコード