

# 池上老人福祉センターニュース

横須賀市池上 4-6-1 ☎ 046-853-1051

2022年4月号

社会活動と感染拡大防止の両立を図るために、新しい利用様式に基づき、対応していきます。当面の間ご不便をおかけしますが、引き続きご理解とご協力をよろしくお願い致します。

## 生きがい講座 募集中

※対象：市内在住の60歳以上の方。  
※定員を超えた場合は抽選で初めての人を優先。

### ①講座名 はじめての絵手紙

誰もが手軽に取り組みなのが魅力の絵手紙。素朴で温かな手紙を作ってみませんか？ [教材費 400円]

【受講者持参】

- ・吉祥印(顔彩)・彩色筆(中)・小筆
- ・筆洗用容器(牛乳パックを半分に切った物で可)



日時 5月6・13・20・27日

【全4回】金曜日 13:00~15:00

### ②講座名 初級編 折紙で脳トレ

折紙は、実は脳トレに最適なんです！簡単な折紙から始める初級編です、お気軽にどうぞ。

[教材費 1,500円]



日時 5月10・17・24・31日

【全4回】火曜日 10:00~12:00

### ③講座名 はじめてのヨガ

一緒に体も心もリフレッシュしませんか！

身体がかたくても大丈夫！無理なく楽しめます。



日時 5月12・19・26日、6月2日

【全4回】木曜日 10:00~12:00

### ④講座名 枕草子の世界

「春はあけぼの」でお馴染みの平安時代の才女、清少納言による「をかし」の世界を楽しんでみませんか？



日時 5月13・27日、6月10・24日

【全4回】金曜日 10:00~12:00

### ⑤講座名 フラダンス

海・風・花などのハワイの自然を表現し、ハワイの歴史や文化に触れ合えるフラダンス。あなたも始めてみませんか？



日時 6月4・11・18・25日、7月2・9日

【全6回】土曜日 10:00~11:30

### ⑥講座名 横須賀の日本遺産を学ぶ

横須賀にどんな日本遺産があるかご存知ですか？横須賀軍港都市誕生の歴史を学びませんか？

日時 6月9・16日

【全2回】木曜日 10:30~12:00

### ⑦講座名 輪踊り

輪の中に入り、体を動かし、気軽に日本文化に触れてみませんか？軽い運動をしたい方におすすめです！

日時 6月22・29日、7月6・13・20・27日

【全6回】水曜日 13:00~15:00

往信面

63	2380035	
往信	池上老人福祉センター	横須賀市池上4-6-1

※この面には何も書きません

返信面

63	□□□□□□	
返信	あなたのお名前	あなたの住所

- 希望の講座名
- 郵便番号
- 住所
- お名前(フリガナ)
- 電話番号
- 年齢
- 性別

※お申込の際にお伺いいたしました個人情報(連絡先など)は本講座の連絡以外の目的に使用することはありません。

お気軽にご利用ください

## 無料相談

健康相談

4月13日(水)・5月11日(水)  
10:00~12:00 予約不要です。

なんでも相談

4月19日(火)・5月17日(火)  
10:00~12:00 予約不要です。

司法書士相談

4月7日(木) 12:30~15:30 **要予約** 空きがあれば当日でも可。

行政書士手続き相談

4月27日(水)・5月25日(水)  
9:30~12:30 **要予約** 空きがあれば当日でも可。

## お申込みは 往復ハガキで!

お問い合わせは 池上老人福祉センターまでどうぞ。

【申込締切】

- はじめての絵手紙
  - 折紙で脳トレ
  - はじめてのヨガ
  - 枕草子の世界
- 4月20日迄
- フラダンス
  - 日本遺産を学ぶ
  - 輪踊り
- 5月20日迄

## 感染症拡大防止のため利用を中止しています

カラオケ、ポット・湯飲みの貸出等。施設内の食事不可(菓子などの軽食含む)

※入浴施設は2021年度末をもって廃止となりました。

◎感染症の拡大状況により休館する場合があります。開館状況はお電話にてご確認ください。

池上老人福祉センター ☎ 046-853-1051