

# なんじゅそう 2023年2月号 南寿荘だより

発行： 横浜市南寿荘  
発行日： 令和5年2月1日  
2月の休館日：2月20日(月)  
連絡先：045-741-8812

令和5年度前期『趣味の教室』の募集が2月1日から始まります。申込みをなさる場合は、必ず『趣味の教室』の要項をご確認ください。(要項は、1F入口脇の掲示板、またホームページなどに掲載します。)

2023年前期は、『文学の中のユーモア』『初めてでも簡単!和菓子教室』『トランプで脳トレ!』『篆刻(てんこく)入門』『シニアディスコ』『肩こり腰痛スッキリ体操』の6講座です。

その他、以下のような事業も併せて行っていますので、ぜひご参加ください。



## 昭和歌謡を歌おう!

第2・4火曜日

講師の木村先生から歌い方のコツなど教わりながら、昭和歌謡を歌います。

マイクを使わず、皆さんで歌います。懐かしい曲を楽しみましょう!

【日時】2/14(火)・28(火)

13時30分～14時30分

【対象】60歳以上の市民

【会場】2F大広間へ直接(13時から受付)

【定員】25人(抽選)

13時15分の時点で定員を超えている場合は、抽選となります。

## はまちゃん体操

第2・4木曜日

横浜市スポーツ協会のインストラクター山崎先生から、体の動かし方などのアドバイスを受けながら、はまちゃん体操を楽しみます。

【日時】2/9・16・23(祝)

10時～11時

【対象】60歳以上の市民

【会場】2F大広間へ直接

【定員】23人(先着順)



## シニア映画会『どら平太』(2時間)

型破りな役人、どら平太の巻き起こす痛快新時代劇エンタテインメント。

(出演：役所広司、浅野ゆう子 他 監督：黒澤明 他 2000年 邦画)

【日時】2月23日(木・祝) 13時30分～15時30分

【対象】60歳以上の市民 【定員】30人(抽選)

【申込】2月15日9時30分までに2F大広間へ。

9時30分に大広間で抽選します。

どら平太

Directed by KON ICHIKAWA



© 2000 東宝

2月の無料健康相談  
2/2、9、16、23  
毎週木曜日 13:30～15:30

血圧測定や、体調の変化、物忘れなど、  
最近気になることを看護師さんに  
お気軽にご相談ください。

