

南 なんじゅそう 2022年5月号 南寿荘だより

発行： 横浜市南寿荘
発行日： 令和4年5月1日
責任者： 田中 裕司
5月の休館日：5月16日（月）
連絡先：045-741-8812

4月から今年度の南寿荘「自主事業」がスタートしています。自主事業は原則6か月間の連続講座である「趣味の教室」、シニアセミナー等の1回ごとに募集する講座、3か月で修了する介護予防講座、偶数月に1回行う「映画観賞会」などがあります。また、予約なしに参加できる「はまちゃん体操」、看護師による無料健康相談(毎週木曜日)を実施しており、ご都合に合わせて、皆様の健康づくり、生きがいづくりにご利用ください。

南寿荘 所長 田中 裕司

介護保険の使い方

清水ヶ丘地域ケアプラザの職員から、介護保険の申請からサービス利用までの流れを教えてください。

【日時】 5月27日（金） 13時30分～15時
【対象】 60歳以上の市民 【定員】 20人（先着順）
【申込】 5月11日 9時から直接施設へ



シニアライフを楽しむ本—司書による本の紹介—

南図書館の職員さんから、シニア向けの楽しい本の紹介をしていただきます。

【日時】 6月8日（水） 13時30分～14時30分
【対象】 60歳以上の市民 【定員】 20人（先着順）
【申込】 5月11日 9時から直接施設へ



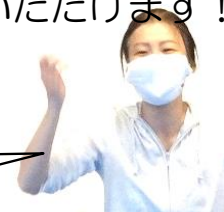
はまちゃん体操

ご予約なしに、お気軽にご参加いただけます！

【日時】 5月12日・26日(木) 10時～11時
【対象】 60歳以上の市民
【定員】 15人程度（先着順）

当日直接
2F大広間へ

講師：山崎先生



5月の無料健康診断
5/5、12、19、26
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。

