

南 なんじゅそう 寿荘だより

2024年 11月号

発行：横浜市南寿荘
発行日：令和6年11月1日
連絡先：045-741-8812
11月の休館日：11月18日(月)



横浜港クルーズ



【日時】 11月29日 (金)

集合14時 解散 15時40分 集合・解散 (ピア赤レンガ)

乗船時間は1時間です。詳細は、お申し込み時にお渡しします。

【対象】 60歳以上の市民 【定員】 30人 (抽選)

【申込】 11月8日(金) 9時30分 大広間で抽選します。(9時から抽選券配布)

ポジティブエイジング — 私らしい生き方 —

趣味、仕事、家庭などの中で、自分らしい暮らしの実現に向けて、生きがいを見つける方法を、健康福祉局の職員にお話いただきます。

【日時】 11月19日 (火) 13時30分~15時

【対象】 60歳以上の横浜市民 30人 (先着順)

【申込】 1F 受付にてお申込み受付中



定期事業 11月の開催日 (いずれも無料です。60歳以上の横浜市民)

【はまちゃん体操】 (2F大広間)

11/14(木)、28(木) 10時~11時 (25人) 受付：9時30分から先着順

【みんなで歌おう】 (2F大広間)

11/12(火)、26(火) ①13時30分~14時30分 ②15時~16時

受付：①13時10分~ ②14時40分~ 各40人くらい (先着順)

①もしくは②のどちらかしか、ご参加いただけません。

【健康相談】 (1F健康相談室) 11/7、14、21、28 (毎週木曜日)

13時30分~15時30分 (お一人15分程度 先着順)

詳細につきましては、それぞれのチラシをご確認ください。