

大広間お楽しみタイム

◎ 詳細はポスターをご覧ください。
◎ 対象：60歳以上の横浜市民

- 9/13(土) 13時30分～14時30分 手相の世界を知ろう (幸せのまねきにゃんこ 太田先生)
9/17(水) 13時30分～14時 落語 (横浜市職員落語愛好会 湊家 加け橋さん)
9/26(金) 10時～10時30分 落語 (えびす堂さん)
10/1(水) 10時～11時 笑いヨガ (宇佐美さえり先生)



南寿荘ゲートボール大会

試合を観戦し、ゲートボールの楽しさを発見して下さい！

【日時】 10/1(水) 9時～16時
【場所】 南寿荘ゲートボール場



シニアの美と健康ウォーク

元ファッションモデルの今関純子先生から、健康に良い美しい歩き方を学びます。



【日時】 10/17(金)

①13時30分～14時30分 ②15時～16時
①、② いずれか1回のみ参加

【対象】 60歳以上の横浜市民 各回 先着順 15人ずつ

【申込】 9/11(木) 9時から施設にて受付開始。お電話は9/12(金)から。

定期事業 9月の開催日 (いずれも無料です。対象：60歳以上の横浜市民)

【はまちゃん体操】 (第2・4木曜日)

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

【先生と歌おう】 (第2・4火曜日)

9/9(火)、23(火) ①13時30分～14時30分 ②15時～16時

受付：①13時10分～ ②14時40分～ どちらも先着45人

①もしくは②のどちらかしか、ご参加いただけません。

【みんなで歌おう】 (第1・3火曜日)

9/2(火) 13時30分～14時30分 (9/16(火)は、休館日のためお休みします。)

受付：13時10分～ 先着45人

【健康相談】 9/4、11、18、25 (毎週木曜日)

13時30分～15時30分 (お一人15分程度 先着順)

