

うらしまだよ

(題字:本波棲亭)

令和7年

6月号

発行:NPO法人こらぼネット・かながわ
老人福祉センター横浜市うらしま荘
〒221-0063 神奈川県立町20-1
TEL・FAX 045-401-5640

<https://www.kana-sisetu.jp/ura-top.html>



休館日

6月16日(月)



「趣味の教室・自主事業」のご案内

納涼うらしま寄席

～みんなでスカッと笑って暑気払い～

うらしま荘の大広間で寄席を心ゆくまで

お楽しみください

月 日:7月5日(土)

時 間:13:30～16:00

定 員:35名

木戸銭:300円

申 込:6月11日(水)9時～電話または窓口

出 演:かながわ楽笑会



手話講座

急募

～「目で見える言語」手話を学ぼう!～

広げよう豊かなコミュニケーションを

月 日:6月4日～10月15日

(第1・3水曜日、全10回)

時 間:9:30～11:00

定 員:10名(残り若干名急募)

参加費:2,000円(全10回分)

申 込:電話または窓口にて受付中



ぱぴぷ脳トレ

～今までにない全く新しい脳トレ～

- スクリーンを観ながら脳を活性化
- みんなでワイワイ・ガヤガヤ楽しみながらのプログラム
- 懐かしい・面白い内容が満載

月 日:7月14日・28日、8月25日

9月8日・22日(月曜全5回)

時 間:10:00～11:30

定 員:20名

参加費:無料

持ち物:筆記用具

講 師:(一社)神奈川健康生きがいづくり

アドバイザー協議会 認知症予防脳トレ士

申 込:6月17日(火)9:00～電話または窓口直接



ヨガ体験会(土曜日クラス)

～心と体をリラックスして健康に!!～

ヨガは、ストレス軽減、不安の緩和、免疫力向上
心臓の健康、睡眠の質の向上に効果があります

月 日:7月12日(土)

時 間:10:00～11:00

定 員:40名

参加費:100円(保険代)

申 込:6月14日(土)9時～窓口直接



