

うらしまだより

令和7年

10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 神奈川区立町20-1
TEL・FAX 045-401-5640
<https://www.kana-sisetu.jp/ura-top.html>

(題字：本波棲亭)

休館日

10月14日(火)



「趣味の教室・自主事業」のご案内

山本理顕と近代建築家 ～講座&ウォーキング～

～近代建築家の横浜にある作品を巡る～

横浜在住の山本理顕氏の代表作と経歴
建築様式等を紹介しします

日 時：①座学：11月4日(火)10:00～11:30

②ウォーキング：11月13日(木)

9:00～12:00

定 員：20名

参加費：500円(保険料、資料代)

会 場：①うらしま荘会議室

②集合場所については第1回でご案内します

申 込：10月12日(日)9時～、電話または窓口直接

共 催：神奈川区いまむかしガイドの会



季節のハーブティー作り

～5種類のハーブティーを飲みくらべ
個々のブレンドを作ります～

月 日：11月8日(土)

時 間：10:00～12:00

定 員：10名

参加費：1,300円(材料代) 5杯分持ち帰りあり

申 込：10月11日(土)9時～、電話または窓口

講 師：亀田 恵美子 先生



片付け講座

～片付けでお家も心もスッキリ～

家を片付けたいけれど、なかなか行動に移せない方の
きっかけ作り！終活の片付け方についてのお話もあり
ます。

月 日：11月30日(日)

時 間：10:00～11:30

対 象：横浜市在住60歳以上の方

定 員：30名

参加費：300円

申 込：11月2日(日)9時～ 電話または窓口直接



ゲームスポーツ体験講座

初心者大歓迎

～太鼓の達人&ボーリングに
チャレンジ!!～

ゲーム機の使い方を覚えてみんなで対戦してみよう！

月 日：11月21日(金)

時 間：10:00～12:00

定 員：20名

申 込：10月24日(金)9時～、電話または窓口直接



(横浜市案内より)



ハロウィンイベント



～うらしま荘でハッピーハロウィン!!～

ゲーム、カラオケ、オカリナの演奏に合わせて
みんなで歌ったり、盛りだくさん

月 日：10月12日(日)

時 間：13:00～16:00

参加費：無料

当日は仮装してきてね！プレゼントもあるよ！



11 2025 うらしま祭
16日
 9:30~16:00

開催決定!!

ご利用団体の日頃の活動成果を発表・展示
 いたします
 詳細は、10月下旬からの館内掲示をご覧ください

「月例」うらしま坐禅会

～坐禅で気持ちを健やかに～

はじめての方におすすめ！いす坐禅もできます

月 日:11月7日(金)

時 間:10:30～11:30

定 員:10名

参加費:無料

持ち物:タオル(警策を受けたい方)、靴下着用

講 師: 宗興寺 中野 琢哉副住職

申 込:10月11日(土)9時～電話または窓口直接



健康維持体操

～当日、気軽に参加できるお昼の体操～

健康維持に役立つ

日々簡単にできる体操を学びます

月 日:10月7日・21日、11月4日・18日(火)

時 間:12:15～13:15

定 員:30名

参加費:100円(保険料)

持ち物:上履き(運動靴)、飲み物

服 装:動きやすい服装

申 込:当日直接



うたごえ広場

♪ ～月に一度楽しく歌いましょう～
 生演奏に合わせてみんなで歌います

月 日:10月12日(日)

時 間:13:00～14:00

定 員:50名

参加費:無料

申 込:当日直接



健康相談

～看護師に気軽に相談できます～

血圧測定もいたします お気軽にお越しください

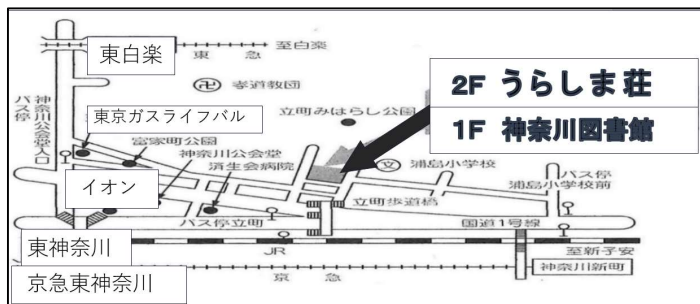
月 日:10月1日・8日・15日・22日・29日(水)

時 間:13:30～15:30

定 員:8名程度

参加費:無料

申 込:当日直接



電車: JR「東神奈川」駅 京急「京急東神奈川」駅

東急「東白楽」駅 いずれも 徒歩15分

バス: 市営バス:7・29・59系統「立町」徒歩5分

- うらしま荘にご提供いただく個人情報は、講座の目的以外への利用や第三者に提供することは一切ございません。
- 講座は、都合により内容が変更、やむを得ず中止になる場合がございます。予めご了承ください。