

うらしまだより

(題字:本波棲亭)

令和8年

9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

9月14日(月)





10月2026

うらしま祭

開催決定!!

4日

9:30~16:00

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、9月中旬からの館内掲示をご覧ください

「趣味の教室・指定事業」のご案内

横浜市内在住60歳以上の方対象

広重の名所絵と巡る品川宿 ～講座&ウォーキング～

～東海道第一番目の宿場・品川宿を
ゴッホやモネにも影響を与えた広重の
名所絵を見ながら巡ります～

日時:①座学:10月19日(月)10:00~11:30

②ウォーキング:10月22日(木)

9:00~12:30

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:9月21日(祝月)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



ハロウィンイベント



～ゲームでハロウィン!!～

月 日:10月31日(土)

時 間:10:00~15:00

参加費:無料

申 込:当日直接

年齢を問わず、どなたでもご参加いただけます

当日は仮装してきてね!

プレゼントもあるよ!



外壁改修その他の工事のお知らせ

工事に伴い、令和9年2月まで駐車場が縮小されますので公共交通機関をご利用ください。ご不便をおかけしますが、ご協力の程お願いいたします。

「趣味の教室・指定事業」のご案内

横浜市内在住60歳以上の方対象

「月例」うらしま坐禅会

～坐禅で気持ちを健やかに～

はじめての方も歓迎！いす坐禅もできます

月 日:10月2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)

講 師: 宗興寺 中野琢哉 副住職

申 込:9月11日(金)9時～電話または窓口



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:9月1日・15日、10月6日・20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

～趣味の教室「二部合唱」発表会



同時開催～



「二部合唱」の方たちと楽しくみんなで歌いましょう！

月 日:9月13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～

毎日の体調管理が大切です

血圧測定もいたします

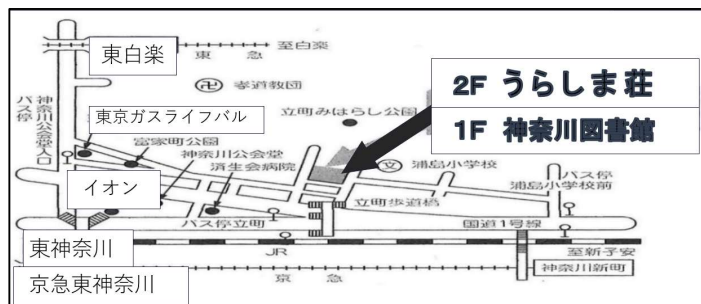
月 日:9月2日・9日・16日・23日・30日(水)

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、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。