

令和6年12月

緑の風だより

こんにちは！ 狩場緑風荘です

発行／老人福祉センター 狩場緑風荘

発行責任者／相沢 宏

住所／横浜市保土ヶ谷区狩場町 295-2

電話／045-742-2311

指定管理者／



公益社団法人
横浜市老人クラブ連合会
Yokohama Senior Club Association

1月26日(日)13時～ お楽しみ演芸会



落語・津軽三味線・マジック・和太鼓

なま

生ならではの迫力をお楽しみください。

どなたでもご来館いただけます。皆さまお誘いあわせでお越しください。

クリスマスコンサート
12/8(日)
13時～15時

・タップダンス
・朗読&音楽
・アコースティックギター
・口笛&キーボード



*** 自主事業の募集 ***

◆理学療法士から学ぶ 若返り体操『腰痛を予防するために』 20人
1月16日(木)10:00～12:00 募集期間 12月5日(木)～12月19日(木)

◆実践栄養講座『身体のなかから温める薬膳』 12人
1月17日(金)10:00～13:00 募集期間 12月14日(土)～1月10日(金)

◆ポッチャを楽しもう
1月23日(木)13:00～15:00 募集期間 12月26日(木)～ 先着20人

お申し込みはご本人直接窓口 または、下記メールアドレスで送受信をお願いします。

①件名：申込 本文：名前と連絡先電話番号 を入力し送信

②当館からの返信メールに必要事項を入力して再度送信

狩場緑風荘メールアドレス: ryokufuso@clock.ocn.ne.jp

予 告【令和7年度のコミュニティスタッフさんを募集します】

募集期間は12月20日(金)～1月31日(金)です。詳細は、狩場緑風荘ホームページをご覧になるか、狩場緑風荘で募集要項をご請求ください。皆さまのご応募をお待ちしております。





12月

のカレンダー

お風呂実施日
 カラオケ実施日
* 短期講座

日	月	火	水	木	金	土
1 	2 	3	4 	5 若返り体操 	6 	7
8 クリスマスコンサート カラオケ 午前のみ	9 	10	11 健康相談 	12 健康測定会 	13 	14 土曜日の調理実習
15 	16 	17	18 健康相談 	19 	20 	21 ゆず湯
22 	23 	24 休館日	25 	26 ボッチャ 	27 	28 年末年始休館 1/4(土)まで
29	30	31	<div data-bbox="893 1612 1404 1859" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 健康測定会 予約不要 12日(木)11時~13時 ① ベジチェック(野菜摂取) ② 血管年齢 </div>			
<div data-bbox="63 1657 845 1859" style="background-color: #FFD700; padding: 10px;"> 2025年は 1/5(日)から開館します </div>						

健康相談 毎月第2・3水曜日 11:30~13:30
事前予約不要です。体調管理にご活用ください。

