



秋谷老人福祉センターニュース



横須賀市秋谷 3-6-25 ☎046-857-0710 2023年 10月号 [隔月発行]



生きがい講座 募集中!

◎対象：市内在住の60歳以上の方
※定員を超えた場合は初めての方を優先させていただきます。

講座① はじめての折紙

日時 11月2・9・16・30日

木曜 13:00~14:30【全4回】

子供の頃から慣れ親しんだ折紙を大人の感覚で仕上げます。完成するまでを楽しみましょう。

講師…荒川節子さん ◇教材費 1,200円

講座② 古道に昔日の面影をたずねて

日時 11月8・15日

水曜 13:00~15:00【全2回】

今も残る古代、中世の道。人馬が往来した昔日に思いを寄せてみませんか？

講師…山本洋志さん・内野実芳さん

講座③ 一生元気な身体づくり

日時 11月10・17・24日、12月1日

金曜 10:00~11:30【全4回】

いつまでも「若々しいね!」と言われる健康習慣とは? 「一生元気な」体力作りを目指しましょう。

講師…金原嘉子さん

講座④ イキイキおしゃれ教室

日時 12月1・8日

金曜 13:30~15:00【全2回】

もっと素敵になりたいあなた! 髪・顔のケア・メイク・マッサージ・服装などをさらに美しく!

講師…岩永初美さん



講座⑤ おしゃれネイル教室

日時 12月13日

水曜 10:30~12:00【全1回】

夢のようなネイルの世界を体験してみませんか? 気持ちも上がります!

講師…児島鈴佳さん



講座⑥ しおさい教室

日時 12月17日

日曜 10:00~12:00【全1回】

要介護状態を体験!

介護の豆知識と一緒に体験してください。

講師…高齢者総合福祉センター・ヒューマン職員

生きがい講座 お申込み方法

往復ハガキに加え、スマホ等からもお申込みいただけます。ぜひご利用ください。



こちらをスマホのカメラで読み込んでお申込ください。



往信面

63	2400105	
往信	秋谷老人福祉センター	横須賀市秋谷3-6-25

※この面には何も書きません

返信面

63	□□□□□□	
返信	あなたのお名前	あなたの住所

- 希望の講座名
- 郵便番号
- 住所
- お名前(フリガナ)
- 電話番号
- 年齢
- 性別

【申込締切】

- ① はじめての折紙
- ② 古道に昔日の面影をたずねて 10月20日迄
- ③ 一生元気な身体づくり
- ④ イキイキおしゃれ教室
- ⑤ おしゃれネイル教室 11月20日迄
- ⑥ しおさい教室

※お申込み締切後でも定員に空きがある場合は、お申込みいただける可能性があります。ご相談ください。

※お申込の際にお伺いいたしました個人情報(連絡先など)は本講座の連絡以外の目的に使用することはありません。

健康相談

10月11日(水)・11月8日(水)
12:50~14:50 予約不要です。

なんでも相談

11月9日(木)
10:00~12:00 予約不要です。

無料相談
お気軽にご利用ください

行政書士手続き相談

10月25日(水)・11月22日(水)
9:30~12:30 **要予約** 空きがあれば当日でも可。

社会保険労務士相談

11月28日(火)
9:30~12:30 **要予約** 空きがあれば当日でも可。

カラオケ

ぜひ歌いにきてください

ご利用可能日 **水・木** 曜日

飲食もOK



10月

秋谷老人福祉センター 2023年カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休館日	3	4	5	6	7
8	9 休館日	10 休館日	11 健康相談 12:50~14:50	12	13	14
15	16 休館日	17	18	19	20	21
22	23 休館日	24	25 ※要予約 行政書士 手続き相談 9:30~12:30	26	27	28
29	30 休館日	31				

11月

無料相談

健康相談・なんでも相談は予約不要です。
お気軽にご利用ください。

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3 休館日	4
5	6 休館日	7	8 健康相談 12:50~14:50	9 なんでも相談 10:00~12:00	10	11
12	13 休館日	14	15	16	17	18
19	20 休館日	21	22 ※要予約 行政書士 手続き相談 9:30~12:30	23 休館日	24	25
26	27 休館日	28 ※要予約 社会保険 労務士相談 9:30~12:30	29	30		

◎会議室等は、サークル活動など団体・グループでの利用の他に、個人の方でもご利用いただけます。詳しくはお問い合わせください。

秋谷老人福祉センター ☎ 046-857-0710

読み込んで簡単♪



スマホから
ホームページを
ご覧頂けます！

