

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

2024年 6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 ハワイアン体操

日時 7月5・12・19・26日

金曜日 10:30~12:00【全4回】

講師…大久保ゆかりさん

ハワイアン音楽を聴きながら、フラダンスの動きを取り入れた体操です。美しい動作でリラクゼーション体験しませんか。



講座② 輪踊り

日時 7月5・12・19・26日

金曜日 13:00~15:00【全4回】

講師…小澤アヤ子さん

先生の音頭に合わせて、楽しく輪踊りを覚えることができます。盆踊りで踊れるようになりましょう。

秋谷老センの盆踊り大会でもお待ちしております!



講座③ しおさい教室

日時 8月18日

日曜日 10:00~12:00【全1回】

講師…高齢者総合福祉センターヒューマン

災害時でもいつもの食事を

今日から出来る災害への食事。日常と災害時を区別しない食事、「災害と食について」を学びます。

講座お申込み方法

スマホから簡単にお申込みいただけます。または往復ハガキにてお申込ください。

右のQRコードをスマホのカメラで読み込んでください



QRコードの読み取りかた



1 カメラのマークをさわる



2 コードにカメラをかざす



3 表示されたURLをさわる

わからない時はお気軽にスタッフまでお尋ねください!

【申込締切】

① ハワイアン体操

6月20日迄

② 輪踊り

③ しおさい教室

7月20日迄

※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。

往信面

63 2400105
秋谷老人福祉センター

※この面には何も書きません

返信面

63
あなたのお名前
あなたの住所

①希望の講座名
②郵便番号
③住所
④お名前(フリガナ)
⑤電話番号
⑥年齢
⑦性別

※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。

無料相談

健康相談

6月12日(水)・7月10日(水)
12:50~14:50 予約不要です。

なんでも相談

7月11日(木)
10:00~12:00 予約不要です。

司法書士相談

7月4日(木) 要予約
12:30~15:30 空きがあれば当日でも可。

行政書士手続き相談

7月24日(水) 要予約
9:30~12:30 空きがあれば当日でも可。

ぜひ遊びにきてください!

盆踊り大会

8/23(金) 10:00~14:00
(12:00~13:00 休憩)

場所 2階大広間

申込方法 前日までに電話、または来館にてお申込ください。

対象 60歳以上の方