



# 公郷老人憩いの家ニュース



横須賀市公郷町 6-1

☎ 046-854-0206

2022年4月号

社会活動と感染拡大防止の両立を図るために、新しい利用様式に基づき、対応していきます。当面の間ご不便をおかけしますが、引き続きご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

## 生きがい講座 予定

※対象：市内在住の60歳以上の方。  
※定員を超えた場合は抽選で初めての人を優先。

### ①講座名 健康体操 [自彊術]

じきょうじゆつ

マッサージや指圧、整体術などをミックスした運動療法が土台の体操で、健康を維持しましょう！

日時 5月12・19・26日、6月2日  
【全4回】木曜日 13:30~15:00

### ②講座名 スマホを体験してみよう

これからスマホを使ってみよう方。まずはスマホに触れてみませんか？初期操作を学んで安心！

日時 5月11日  
【全1回】水曜日 13:30~15:00

### ③講座名 スマホ相談

ご自身のスマホを使って専門スタッフがマンツーマンでお答えします！

日時 5月18日(水)または25日(水)  
①13:30~14:10・②14:20~15:00

※必ず希望日をハガキに書いてください。  
※時間帯は選べません。

### ④講座名 輪踊り

輪の中に入り、体を動かし、気軽に日本文化に触れてみませんか？軽い運動をしたい方におすすめです！

日時 6月4・11・18・25日、7月2・9日  
【全6回】土曜日 13:00~15:00

### ⑤講座名 パッチワーク

「暮らしを彩るパッチワーク」がテーマ。ほんの少し手を加え、眠っている布たちを目の触れる場所に置いてみませんか？  
【教材費 3,000円】

日時 6月7・14・21・28日、7月5・12日  
【全6回】火曜日 13:30~15:30

### ⑥講座名 陶芸①

手軽に楽しめる陶芸にチャレンジしてみませんか？  
【教材費 1,000円】

日時 6月7・14・21・28日  
【全4回】火曜日 10:00~12:00

## お申し込みは往復ハガキで！

- 【申込締切】
- ①健康体操 [自彊術]
  - ②スマホを体験 4月20日迄
  - ③スマホ相談
  - ④輪踊り
  - ⑤パッチワーク 5月20日迄
  - ⑥陶芸①

63	2380022	横須賀市公郷町6の1
往信	公郷老人憩いの家	

※この面には何も書きません

63	□□□□□□	①講座名・希望日
返信	あなたのお名前	②郵便番号
	あなたの住所	③住所
		④お名前(フリガナ)
		⑤電話番号
		⑥年齢
		⑦性別

お問い合わせは公郷老人憩いの家までどうぞ。 ※お申込の際にお伺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。

お気軽にご利用ください

## 無料相談

健康相談

4月5日(火)・5月10日(火)  
10:00~12:00 予約不要です。

なんでも相談

4月15日(金)  
10:00~12:00 予約不要です。

感染症拡大防止のため、各老人福祉センター・老人憩いの家では **下記サービスの利用を中止しています**

- カラオケ、卓球、ポット・湯飲みの貸出等。
- 施設内の食事不可(菓子などの軽食含む)

※老人福祉センターの入浴施設は2021年度末をもって廃止となりました。

## 地図



※駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。

◎感染症の拡大状況により休館する場合があります。開館状況はお電話にてご確認ください。

公郷老人憩いの家 ☎ 046-854-0206