

寿楽つうしん

2026年 6月号

2026年5月発行

発行 老人福祉センター菊名寿楽荘

発行責任者 本荘 安宏

横浜市港北区菊名3-10-20
Tel. 045(433)1255

<指定管理者>

(公財)横浜市老人クラブ連合会

★菊名寿楽荘を利用できる方★

市内にお住まいの60歳以上の方及び付添者が対象です。

お知らせ

(1) 短期講座「寿楽荘からゆっくりウォーク」6月開催について

立ち寄る場所で、同行するガイドさんの案内を聴きながら
寿楽荘から長津田界隈を散策、福泉寺で「戒壇巡り」(希望者のみ)
を体験してゆっくりなペースで散歩を楽しみませんか！

【日時】 6月16日(火) 9:30~12:00

【集合場所】 菊名寿楽荘 ロビー

【行程】 菊名寿楽荘⇒徒歩⇒【JR】菊名駅⇒長津田駅⇒大林寺
長津田みなみ台公園・緑道⇒長津田宮ノ前第二公園⇒福泉
寺⇒王子神社⇒【JR】長津田駅(解散)

(全行程:3.5km *雨天時は寿楽荘で座学です)

【募集】 先着15人

【費用】 無料 *交通費・冥加金(100円)は各自のご負担です。

【申込】 5月25日(月) 10時より窓口で

【問い合わせ】 老人福祉センター 菊名寿楽荘 Tel.433-1255

付き添いシニアボランティア数名も同時募集中です。

問い合わせは窓口まで



(2) 介護予防講座「うたごえ広場」のご案内

昭和歌謡、フォークソング、童謡唱歌など、ジャンルを問わず、全員で歌います。発声練習、リズム体操なども取り入れ、脳内ホルモンの活性化、免疫力アップを図ります。



【開催日時／募集人数】

2026年 6月27日(土) 13時~15時
(20名 先着順です!)

6月29日(月) 13時~15時
(20名 先着順です!)

どちらかの日を選んで申込をお願いします。

【参加費】 無料

【申込方法】 6月15日(月) 10時より、菊名寿楽荘の
受付窓口のみで受付致します。

※アンケート(歌のリクエスト)を記入して頂きます。

6月スケジュール

☂️ : 入浴日

🍷 : eスポーツ体験会

日	月	火	水	木	金	土
	1	☂️ 2	☂️ 3 🍷	4	5	☂️ 6 🍷
	6月の すこやか体操 申込開始		ルーシー ダットン		若返り 音楽レク	若返り 音楽レク
☂️ 7	8	☂️ 9	☂️ 10 🍷	11	12	☂️ 13 🍷
	スクエア ステップ		保健相談	すこやか体操	雑学江戸時代	
☂️ 14	15	☂️ 16	☂️ 17 🍷	18	19	☂️ 20 🍷
	6月の うたごえ広場 申込開始	ゆっくり ウォーク	栄養相談 ルーシー ダットン	7月の雑学江戸 時代申込開始		7月の若返り 音楽レク 申込開始
☂️ 21	22	23	☂️ 24 🍷	25	26	☂️ 27 🍷
	7月のルーシー ダットン 申込開始	休館日	保健相談	すこやか体操		うたごえ広場
☂️ 28	29	☂️ 30				
	うたごえ広場					

2026年度短期講座ご案内

- ★すこやか体操
- ★若返りの音楽レク
- ★うたごえ広場
- ★スクエアステップ
- ★ゆっくりウォーク
- ★続・雑学江戸時代
- ★ルーシーダットン (6～9月)



いろいろな短期講座をご用意しております。ぜひご参加ください。
詳細につきましては、受付窓口までお気軽にお問い合わせください。

2026年度前期 短期講座

「続・雑学江戸時代」

250年以上続いた「江戸時代」ですから、雑学話は尽きることなく出てまいります。新たなテーマでお楽しみください。

今月のテーマ「江戸の商人ベスト10」

日時: 6月12日(金)

13:30 ~ 15:00

講師: 桔梗亭兼菊

募集人数: 先着20人

参加費用: 無料

場所: 菊名寿楽荘 3F 大広間

申し込み: 5月18日(月) 10:00~

窓口にてお申込ください

お問合せ: 老人福祉センター菊名寿楽荘

TEL 045-433-1255

