

# 寿楽つうしん

2026年 3月号

2026年3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

### 『寿楽文化祭』



【開催日時】 3月14日(土)～15日(日) 2日間

- ・ 作品展 14日～15日 9:00～16:00
- ・ 発表会 14日 10:00～15:00  
コーラス・太極拳・ウクレレ・朗読劇・手話ダンス  
鍵盤ハーモニカ・詩吟・シャンソンなど

【会場】 菊名寿楽荘

開催内容の詳細は窓口に配架している文化祭ご案内又は掲示しています  
ポスター等をご覧ください。

文化祭期間は施設開放日ですのでお友達、ご家族お誘いあわせの上  
ぜひ、ご来館ください

※お車でのご来館は、ご遠慮ください。(公共交通機関をご利用ください)

## バイオリンバンド「Blue-Bee & Maru」コンサート

歌謡曲や演歌を得意とする、**バイオリンバンド**の演奏でお楽しみください

開演：3月28日(土) 13:30～14:30

曲目：恋のバカンス、川の流れのように、喝采、千本桜、  
ヒット曲「情熱大陸」等をバイオリン  
で奏でます。

楽しいトークもありますよ～

※無料・申込不要

老若男女、どなたでも鑑賞できます



日	月	火	水	木	金	土
☸ 1	2	☸ 3	☸ 4 🎯	5	6	☸ 7 🎯
3月の すこやか体操 申込開始					若返り 音楽レク	若返り 音楽レク
☸ 8	9	☸ 10	☸ 11 🎯	12	13	☸ 14 🎯
	スクエア ステップ		保健相談	すこやか体操	雑学江戸時代	寿楽文化祭
☸ 15	16	☸ 17	☸ 18 🎯	19	20	☸ 21 🎯
3月の うたごえ広場 申込開始 寿楽文化祭	ウクレレ& ちょこっと ポイトレ 申込開始	ゆっくり ウォーク	栄養相談		4月の 若返り 音楽レク 申込開始	
☸ 22	23	24	☸ 25 🎯	26	27	☸ 28 🎯
	4月ゆっくり ウォーク 申込開始	休館日	保健相談	すこやか体操		Blue Bee コンサート
☸ 29	30	☸ 31				
	うたごえ広場	うたごえ広場				

2026年度 体験講座  
「ウクレレ&ちょこっとポイトレ」  
(全1回)

ウクレレを始めてみたい方を対象に、ウクレレの弾き方と、「ちょこっと発声」で歌って元気になれる内容です。

- \*開催：4月6日(月) 10:00~11:30
- \*募集人数：先着 15人
- \*講師：小川 尚子ほか 助手2名
- \*参加費用：無料です
- \*申込：3月16日(月) 10時より窓口で



\*ウクレレは貸与、お持ちのウクレレでも受講可  
お問い合わせは… 老人福祉センター菊名寿楽荘  
TEL045-433-1255

寿楽荘から  
ゆっくりウォーク



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 真福寺の花まつり、釈迦如来像の御開帳(年2回のみ)など ゆっくりなペースで散歩を楽しみませんか！

- [日時] 4月8日(水) 9:30~12:00
- [集合場所] 菊名寿楽荘 ロビー
- [行程] 菊名寿楽荘⇒法隆寺[バス]⇒新横浜[地下鉄]⇒中川⇒老馬鍛冶山不動堂⇒荏田下宿の庚申塔⇒真福寺⇒しらすぎの道⇒山崎公園⇒富士見の小道⇒中川駅解散  
全行程:3.3km \*雨天時は寿楽荘で座学です
- [募集] 先着 15人
- [費用] 無料 \*バス・電車代等は各自でご負担ください
- [申込] 3月23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 TEL433-1255



【同時募集】  
同行していただけるシニアボランティアさんを募集します。詳しくは受付までお問合せください。