

11月の募集講座

歴史講座

～平安時代のすみだと在原業平について～

開催日 11/28(木)

募集期間 11月1日～11月8日

募集人数 20名(抽選)

募集条件 墨田区在住の60歳以上の方

講師 すみだ郷土文化資料館

学芸員 小山 貴子 先生

今に残る古代東海道と在原業平の伝説についての講座。



うめわか施設紹介「ヘルストロン」



○シルバープラザ梅若には地域の高齢者に向けた様々な設備があります。その中でも人気が高いのがヘルストロン！電界で体を包み込み、血行の促進や様々な健康効果がある、とのことでリピーターの多い器具となっています。

○一日20分(一回)を上限に、無料でご使用いただけますので、ご興味がおありでしたら是非、シルバープラザ梅若にお立ちより下さい。



講座の情報は左記ホームページや

SNSでもご覧いただけます。

11月の申し込み予定

花体操 日程 12月5・12・19日(木)

①午前9時半～ ②午前11時～

参加受付 11月21日(木)から

長寿マッサージ 12月10・24日(火)午後1時～

参加受付 11月1日(金)から

※詳しい内容についてはお問い合わせください。

申し込み不要(直接ご来館ください)

盆踊り教室 午後6時半から7時半

11月8・22日(金)

イス体操 午後1時半から2時半まで

11月21日(木)

ストレッチ体操 11月28日(木)午前9時半～

朝の座禅会 午前9時半から10時半まで

11月5・12・19・26日 いずれも(火)

12日・26日は会議室でイス座禅となります。



うめわかギャラリー

令和6年10月から12月までの展示は以下の団体さんです。



水彩画クラブ



写友会



プラモデルクラブ



家に
お友達

お問い合わせ

シルバープラザ梅若 梅若ゆうゆう館

〒137-0037 墨田区墨田7-4-4 (代表)03-5630-8008

