

北品川ゆうゆうプラザ 事業のお知らせ

多世代交流 ペーパークラフトサロン

日時:9月11日(水)・20日(金)
14:00~15:30
会場:コミュニティ室①
定員:各8名(先着順)
講師:職員 対象:品川区民の方
費用:100円(材料費)
持ち物:木工用ボンド、作品を入れる袋
申込:8月25日(日)から直接来館またはお電話にて



多世代交流

健康クッキングサロン

9月は先月に好評だった、
抹茶のゼリーに生クリームを添えてを作りましょう!
日時:9月13日(金)14:00~15:00
9月25日(水)10:00~11:00
会場:レクリエーション室② 定員:各10名(先着順)
講師:職員 対象:品川区民の方(小学生以上)
費用:100円(材料費) 持ち物:エプロン
申込:8月25日(日)から直接来館または電話にて



60歳以上

初心者向け Wordを学ぼう!講座 ~ステップアップ編~<全2回>

日時:9月18日(水)・19日(木) 14:00~16:00
会場:レクリエーション室① 定員:10名(先着)
対象:60歳以上の品川区民の方 費用:無料
講師:清水 敬之氏(シニア情報生活アドバイザー)
持ち物:パソコン
(Window10以上・Wordが入っている方)
申込:8月25日(日)より直接来館または電話にて



60歳以上

笑う門には福来る! 笑いヨガと表情筋体操!

笑いは伝播します。みんなで楽しく笑って
元気になりましょう♪

日時:9月24日(火) 14:00~15:00
会場:レクリエーション室①
定員:20名程度 対象:60歳以上の品川区民の方
講師:職員 費用:無料 申込:不要

60歳以上

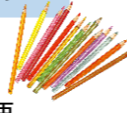
マッサージサービス

日時:9月17日(火)10:00~15:00
会場:コミュニティ室② 定員:16名(抽選)
対象:60歳以上の品川区民の方 費用:無料
申込方法:直接来館申込
申込期間:9月1日(日)~9月8日(日)
抽選日:9月10日(火) ※電話問合せ可



多世代交流 みんなでぬりえサロン

日時:9月4日・18日(水) 10:00~11:30
会場:コミュニティ室① 定員:10名程度
対象:品川区民の方 費用:無料 申込:不要



多世代交流 きたしなシネマ館&ナイトシネマ館

上映作品はプラザまでお問い合わせください!
日時:9月1日・15日(日) 14:00~16:00
9月27日(金) 17:00~19:00
会場:レクリエーション室① 定員:30名程度
対象:品川区民の方 費用:無料 申込:不要

多世代交流 折り紙サロン-春夏を振り返ろう-

小物入れや星など4月からの作品のおさらいをします♪
日時:9月3日(火)・23日(月・祝) 14:00~15:30
会場:コミュニティ室① 定員:20名程度
対象:品川区民の方 費用:無料 申込:不要

多世代交流 みんなdeヨガ

令和6年10月~令和7年3月までの参加者を募集します♪
日時:毎月第2・4土曜日 10:30~11:30 全12回
会場:コミュニティ室② 定員:8名(先着)
対象:品川区民の方(何歳でもご参加いただけます)
申込:8月25日(日)から直接来館または電話にて



60歳以上 北品川地域ミニデイ

体操やレクリエーション活動などを行い、
日常生活に必要な機能訓練を行います。
**事前相談が必要となりますので、
下記連絡先までお問合せください**

一人での外出が減ってきた
・転ぶことが増えてきた
・飲み込むときにむせることがある
・心身の不安が増えてきた
そんな方はぜひご相談ください!!



日時:毎週火曜日 9:30~11:00
(9:00受付開始、9:30~プログラム開始)
会場:レクリエーション室①
講師:篠 達雄氏(介護予防運動指導員)
参加費:無料(交流会などを開催する場合は、
実費負担をいただく場合がございます。)

【お問合せ先】
北品川ゆうゆうプラザ
電話:03-3472-7260 FAX:03-3472-7261
品川区台場在宅介護支援センター
電話:03-5479-8593 FAX:03-5479-8294

北品川ゆうゆうプラザ きたしなだより 9月号



敬老の日♪きたしな音楽イベント

★敬老の日イベントですが、年齢制限はありません。
どなたでもお気軽にご参加ください♪

弦と木の音を聴く アコースティック ソロギターコンサート

日時:9月16日(月・祝) 11:00~11:45
会場:レクリエーション室① 定員:30名程度
対象:品川区民の方 費用:無料
出演:はいどん氏(ギター演奏)
申込:不要



ギターを弾く音、ボディを叩く音だけ
で曲を演奏する、ソロギターの
演奏をお届けします。

大正ロマン 北品川癒しの歌唱コンサート

日時:9月16日(月・祝) 14:00~15:00
会場:レクリエーション室① 定員:30名程度
対象:品川区民の方 費用:無料
出演:茉莉花氏
申込:不要



竹久夢二の大正浪漫。
その時代の唱歌を茉莉花氏の
素敵な歌声でお届けします。

北品川ポップスコンサート

日時:9月22日(日・祝)
13:30~14:30
会場:レクリエーション室①
定員:30名程度
対象:品川区民の方 費用:無料
出演:加橋章と北品川パラダイスキング 申込:不要



懐かしの50's60's年代流行歌オーデイズナンバーを
生バンドでお楽しみください♪

音楽に触れよう 秋のオペラコンサート

日時:10月5日(土) 14:00~15:00
会場:レクリエーション室① 定員:30名程度
対象:品川区民の方 費用:無料
出演:オペラグループ こいねこ
申込:不要



多くの地域へ出向き演奏会をされている
グループ「こいねこ」。秋をテーマとした素敵
なコンサートを、お楽しみください!

品川女子学院高校レクリエーション 彩を爪の先から♪高校生ネイルサロン

品川女子学院高校の1年生が授業の
一環として、シニア世代の方と交流を
テーマに活動しています。今回は、簡単に
落とせるピールオフタイプのマニキュアを
使用して、「ネイルの体験」をしていただ
きます♪お気軽にご参加ください。

日時:9月7日(土)14:00~16:00
会場:レクリエーション室②
定員:20名程度
対象:60歳以上の品川区民の方
費用:無料 申込:不要

第2回 品川宿と豊かな海や水運を知ろう

住み慣れた土地の歴史を
学びましょう!海苔の養殖の紹介ほか

日時:9月25日(水)14:00~16:00
会場:レクリエーション室①
定員:30名(先着順)
講師:郷土研究会 品川 見・聞・楽
代表 海老原 晶子氏
対象:品川区民の方
費用:無料 持物:色鉛筆・筆記用具
申込:8月25日(日)より
直接来館または電話にて

いざという時に役に立つ 応急救命講習

心肺蘇生とAEDの使い方を学びます。
大切なひとを守りましょう!ご家族、
ご友人の方と一緒に参加ができます。

日時:10月4日(金)
14:00~16:00
会場:レクリエーション室①
定員:10名(先着)
講師:品川消防署 防警課
対象:品川区民の方 費用:無料
申込:8月25日(日)より
直接来館または電話にて



北品川ゆうゆうプラザ9月カレンダー



1 (日)	2 (月)	3 (火) 女性入浴	4 (水) 男性入浴	5 (木) 女性入浴	6 (金) 男性入浴	7 (土)
eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30 申込不要		地域ミニデイ 9:30~11:00 事前相談	ぬりえサロン 10:00~11:30 申込不要	囲碁将棋サロン 9:00~16:30 申込不要		
きたしなシネマ館 14:00~16:00 申込不要	フォーユー体操 13:15~13:45 申込不要	折り紙サロン~春夏を振り返って~ 14:00~15:30 申込不要	ラジオ体操 13:15~13:35 申込不要		スマホ講座-便利なあれこれ- 14:00~15:30 申込不要	フォーユー体操 13:15~13:45 申込不要
健康増進室は使用できません。 17:00閉館						高校生ネイルサロン 14:00~16:00 申込不要
8 (日)	9 (月)	10 (火) 女性入浴	11 (水) 男性入浴	12 (木) 女性入浴	13 (金) 男性入浴	14 (土)
eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30 申込不要		地域ミニデイ 9:30~11:00 事前相談		囲碁将棋サロン 9:00~16:30 申込不要	絵本の読み聞かせ講座 10:00~11:30 キャンセル待ち	みんなdeヨガ 10:30~11:30 キャンセル待ち
	フォーユー体操 13:15~13:45 申込不要		ラジオ体操 13:15~13:35 申込不要		健康クッキングサロン 14:00~15:00 申込制先着	フォーユー体操 13:15~13:45 申込不要
健康増進室は使用できません。 17:00閉館			ペーパークラフトサロン 14:00~15:30 申込制先着			
15 (日)	16 (月) 敬老の日	17 (火) 女性入浴	18 (水) 男性入浴	19 (木) 女性入浴	20 (金) 男性入浴	21 (土)
eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30 申込不要	敬老の日 きたしな音楽イベント アコースティック ソロギターコンサート 11:00~11:45 申込不要	地域ミニデイ 9:30~11:00 事前相談	ぬりえサロン 10:00~11:30 申込不要	囲碁将棋サロン 9:00~16:30 申込不要		
きたしなシネマ館 14:00~16:00 申込不要	大正ロマン 癒しの歌唱コンサート 14:00~15:00 申込不要	マッサージサービス 10:00~15:00 申込制抽選	ラジオ体操 13:15~13:35 申込不要	Wordを学ぼう~ステップアップ編~ 14:00~16:00 申込制先着	ペーパークラフトサロン 14:00~15:30 申込制先着	フォーユー体操 13:15~13:45 申込不要
健康増進室は使用できません。 17:00閉館	フォーユー体操 13:15~13:45 申込不要	スマホ講座-便利なあれこれ- 14:00~15:30 申込不要	Wordを学ぼう~ステップアップ編~ 14:00~16:00 申込制先着			
	健康増進室は使用できません。 17:00閉館					
22 (日) 秋分の日	23 (月) 振替休日	24 (火) 女性入浴	25 (水) 男性入浴	26 (木) 女性入浴	27 (金) 男性入浴	28 (土)
eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30 申込不要	フォーユー体操 13:15~13:45 申込不要	地域ミニデイ 9:30~11:00 事前相談	健康クッキングサロン 10:00~11:00 申込制先着	囲碁将棋サロン 9:00~16:30 申込不要		みんなdeヨガ 10:30~11:30 キャンセル待ち
北品川ポップスコンサート 13:30~14:30 申込不要	折り紙サロン~春夏を振り返って~ 14:00~15:30 申込不要	笑いヨガと表情筋体操 14:00~15:00 申込不要	ラジオ体操 13:15~13:35 申込不要	スマホ講座-Google編- 14:00~15:30 申込不要		フォーユー体操 13:15~13:45 申込不要
健康増進室は使用できません。 17:00閉館	健康増進室は使用できません。 17:00閉館		第2回 品川宿と豊かな海や水運を知ろう 14:00~16:00 申込制先着		きたしなナイトシネマ館 17:00~19:00 申込不要	施設長と歌おう歌声サロン 14:00~15:00 申込不要
29 (日)	30 (月)	入浴サービスについて 火曜日・木曜日⇒女性 水曜日・金曜日⇒男性 ※祝日は入浴サービスはお休みとなります。 定員:3名 利用時間:12:00~16:00 受付時間:11:45~15:30 ※11:45の時点で4名以上がお待ちの場合は、くじ引きで順番を決めます。 ※シャンプーやボディーソープ、バスタオル等をご持参ください。				
eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30 申込不要	フォーユー体操 13:15~13:45 申込不要	多世代交流 eスポーツで遊ぼう! 日時:毎週日曜日 10:00~11:30 ※9/16・23(月・祝)の開催はありません。 会場:レクリエーション室② 定員:15名 対象:品川区民の方 費用:無料 申込:不要 お子様もご参加いただけます♪ ゲームを使って皆さんで遊みます! 初めての方もお気軽にご参加いただけます♪				
健康増進室は使用できません。 17:00閉館	きたしな脳トレ 14:00~15:00 申込不要	60歳以上 ラジオ体操 日時:毎週水曜日 13:15~13:35 会場:レクリエーション室①他 定員:20名程度 対象:60歳以上の区民の方 費用:無料				

