

北品川ゆうゆうプラザ 事業のお知らせ

★多世代交流事業に未就学児や小学校低学年のお子様がご参加する場合は、必ず保護者の方と一緒に申込み・ご参加ください。

多世代交流

折り紙サロン

大好評の折り紙サロン！(*^▽^*)
皆さんで和気あいあいと、楽しく折り紙で作品を作りましょう。

日時:7月1日(火) 14:00~15:30

会場:レクリエーション室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

ハトベロさんの落語を聞こう！

1年ぶりの開催！都内の様々な福祉施設にて落語を披露されているハトベロさんの落語を聞く会です♪



日時:7月5日(土) 14:30~15:30

会場:レクリエーション室① 定員:30名程度 費用:無料

対象:品川区民の方 出演:ハトベロ氏 申込:不要

多世代交流

eスポーツで遊ぼう！

ボウリングなどのスポーツ、脳トレ、すごろくゲームなど多数ご用意しております。職員も一緒にプレイするので、初めての方も安心してご参加いただけます。お気軽にお越しください！

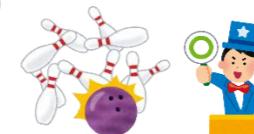
日時:7月6日・13日・20日・27日(日)

毎週日曜日 10:00~11:30

会場:1階 地域交流スペース他

定員:15名程度 対象:品川区民の方

費用:無料 申込:不要



60歳以上

パソコンサロン

講師からパソコンで役立つ話をみんなで楽しく学びます。後半は自由時間。「やってみたいこと」や「挑戦したいこと」を、それぞれのペースで皆さんお話ししながら進められます。交流しながら学び合いましょう♪

日時:7月9日(水) 10:30~12:00

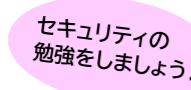
(毎月第2水曜日開催予定)

会場:コミュニティ室① 定員:10名程度

講師:清水 敬之氏(シニア情報生活アドバイザー)

対象:60歳以上の品川区民の方 費用:無料 申込:不要

持ち物:パソコン



60歳以上

スマホ講座-もっとLINEを知ろう～

6月に引き続き、LINE講座の第2弾を開催します。
グループでの会話や友だちの整理について学びます！

日時:7月22日(火) 14:00~15:30

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

費用:無料 申込:不要

※Zoomでの参加希望者はメールでお申込みください。
メール:yuyu-kitashinagawa@foryou.or.jp

60歳以上

マッサージサービス

日時:7月15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:直接来館にて申込

申込期間:7月1日(火)~7月7日(月)

抽選日:7月9日(水) ※電話問合せ可



多世代交流

多世代交流

きたしなシネマ館&ナイトシネマ館

上映予定の作品はプラザへご確認ください。

日時:7月6日・20日(日) 14:00~16:00

7月25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

費用:無料 申込:不要

多世代交流

編み物サロン

おしゃべりしながら、一緒に編み物を楽しみましょう♪

7月はこれから季節にピッタリ「金魚の編みぐるみ」を作ります



日時:7月11日・25日(金) 10:00~11:30

会場:レクリエーション室②

定員:10名程度 対象:品川区民の方

持ち物:赤色の綿の毛糸(アクリル毛糸でも可)・かぎ針(6号針)

費用:無料 申込:不要

多世代交流

電子ピアノ体験会

大人気の電子ピアノ体験会♪

講師とマンツーマンで、ピアノを30分間体験できます。



日時:8月23日・30日(土)

①14:00~14:30 ②14:30~15:00

③15:00~15:30 ④15:30~16:00

会場:レクリエーション室② 定員:各日4名(抽選)

講師:藍沢 晶子氏 対象:品川区民の方 費用:無料

申込方法:直接来館またはお電話にて

申込期間:7月5日(土)~7月24日(木)まで

抽選日:7月28日(月)

※当選者の方のみお電話でご連絡いたします

費用:無料 申込:不要

60歳以上

きたしな脳トレ

穴埋め問題や、小銭計算などで脳を活性化させましょう！



日時:7月29日(火) 10:30~11:30

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

費用:無料 申込:不要

60歳以上

北品川地域ミニディ

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ことがある

・心身の不安が増えてきた

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

品川区立北品川高齢者多世代交流支援施設

北品川ゆうゆうプラザ

きたしなだより 7月号

令和7年 6月25日発行



貼り紙サロン ～フラミンゴのカード作り～



トロピカルなイメージのフラミンゴ、モンステラ、ハイビスカスを自由に貼り付けて、夏の素敵なカードを作りましょう！

日時:7月14日(月)・23日(水) 14:00~15:30

会場:コミュニティ室① 定員:各回8名(抽選)

対象:品川区民の方 参加費:100円(材料費)

持ち物:はさみ、木工用ボンド、両面テープ、お持ち帰り用袋

申込方法:直接来館またはお電話にて

申込期間:6月28日(土)~7月5日(月)まで

抽選日:7月7日(月)

※当選者の方のみお電話でご連絡いたします



薬膳サロン ～薬膳しょうゆ作り～

食欲が落ちやすい夏の時期には、エネルギーアップできる薬膳食材を用いたしょうゆがお勧めです！

暑い夏を、手作り薬膳しょうゆで乗り切りましょう！

日時:7月30日(水) 14:00~15:30

会場:コミュニティ室① 定員:6名(抽選)

参加費:400円(材料費)

持ち物:エプロン、三角巾、ハンドタオル

対象:品川区民の方

申込方法:直接来館またはお電話にて

申込期間:6月30日(月)~7月15日(火)

抽選日:7月22日(火)

※当選者の方のみお電話でご連絡いたします

アレルギー:しょうゆ、にんにく、しょうが、クコの実、

ドライナツメ、豆腐、薬味等

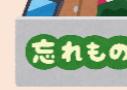
【お知らせ】忘れ物のご確認のお願い

館内でお預かりしている「忘れ物」が増えてきたため、整理を行います。「もしかして自分のかも…?」と思い当たる方は、お早めにプラザ職員までお声がけください。

なお、一定期間を過ぎた忘れ物につきましては、7月末をもって処分等の対応をさせていただきます。あらかじめご了承いただけますよう、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

【処分対象】

2025年3月までにプラザに届けられた忘れ物



お問い合わせはこちらまで

品川区立北品川高齢者多世代交流支援施設 北品川ゆうゆうプラザ (指定管理者:社会福祉法人 奉優会)

住所:〒140-0001 品川区北品川1-29-12 京浜急行線 北品川駅 徒歩6分 電話:03-3472-7260 FAX:03-3472-7261

開館時間:9:00~21:30(

北品川ゆうゆうプラザ

7月カレンダー



1 (火) 女性入浴	2 (水) 男性入浴	3 (木) 女性入浴	4 (金) 男性入浴	5 (土)
地域ミニデイ 9:30~11:00 折り紙サロン 14:00~15:30	みんなでぬりえサロン 10:00~11:30 ラジオ体操 13:15~13:35	囲碁将棋サロン 9:00~16:30 初心者向け リコーダー教室 14:00~15:00	いきいきストレッチ＆リズム体操 14:00~15:00	みんなdeヨガ お花コース 10:30~11:30 フォーユ一体操 13:15~13:45
		北品川カフェ 14:00~16:00		ヘトベロさんの落語を聞こう! 14:30~15:30
6 (日) eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30	7 (月) フォーユ一体操 13:15~13:45	8 (火) 女性入浴	9 (水) 男性入浴	10 (木) 女性入浴
きたしなシネマ館 14:00~16:00	100歳まで元気！健康教室 14:00~15:00	地域ミニデイ 9:30~11:00 マッサージサービス 10:00~15:00	パソコンサロン 10:30~12:00 ラジオ体操 13:15~13:35	囲碁将棋サロン 9:00~16:30 初心者向け リコーダー教室 14:00~15:00
健康増進室は使用できません。 17:00閉館				編み物サロン 10:00~11:30 Let's 計算 脳トレタイム 13:30~14:30 いきいきストレッチ＆リズム体操 (7月~9月) 14:00~15:00
13 (日) eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30	14 (月) フォーユ一体操 13:15~13:45	15 (火) 女性入浴	16 (水) 男性入浴	11 (金) 男性入浴
健康増進室は使用できません。 17:00閉館	貼り紙サロン フラミンゴのカード作り 14:00~15:30	地域ミニデイ 9:30~11:00 スマホ講座 14:00~15:30	みんなでぬりえサロン 10:00~11:30 ラジオ体操 13:15~13:35	囲碁将棋サロン 9:00~16:30 初心者向け リコーダー教室 14:00~15:00
			北品川カフェ 14:00~16:00	編み物サロン 10:00~11:30 Let's 計算 脳トレタイム 13:30~14:30 いきいきストレッチ＆リズム体操 (7月~9月) 14:00~15:00
20 (日) eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30	21 (月) 海の日	22 (火) 女性入浴	23 (水) 男性入浴	12 (土) みんなdeヨガ 太陽コース(2期) 10:30~11:45
きたしなシネマ館 14:00~16:00	100歳まで元気！健康教室 14:00~15:00	地域ミニデイ 9:30~11:00 スマホ講座 14:00~15:30	ラジオ体操 13:15~13:35	フォーユ一体操 13:15~13:45
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	貼り紙サロン フラミンゴのカード作り 14:00~15:30	北品川カフェ 14:00~16:00	きたしな歌声クラブ♪ 14:00~14:45
27 (日) eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30	28 (月)	29 (火) 女性入浴	30 (水) 男性入浴	19 (土) みんなdeヨガ 太陽コース(2期) 10:30~11:45
スライムで遊ぼう 14:00~15:30	フォーユ一体操 13:15~13:45	きたしな脳トレ 10:30~11:30	ラジオ体操 13:15~13:35	フォーユ一体操 13:15~13:45
健康増進室は使用できません。 17:00閉館			薬膳サロン～薬膳しようゆ作り～ 14:00~15:30	電子ピアノ体験会 14:00~16:00
			申込制 抽選	きたしなナイトシネマ館 17:00~19:00

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
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。



多世代交流

みんなでぬりえサロン

日時:7月2日・16日(水)
10:00~11:30
会場:レクリエーション室②
定員:10名程度
対象:品川区民の方
費用:無料
申込:不要

北品川カフェ

日時:7月2日・16日(水)
14:00~16:00(13:30開場)
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
協同:品川寿会・北品川ゆうゆうプラザ

囲碁将棋サロン

日時:毎週木曜日 9:00~16:30
会場:レクリエーション室②
定員:10名程度
対象:品川区民の方
費用:無料
申込:不要
※混雑した場合は譲り合ってご利用ください

60歳以上

日時:毎週水曜日
13:15~13:35
会場:コミュニティ室②他
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

ラジオ体操

日時:毎週木曜日
14:00~15:00
会場:コミュニティ室②他
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



北品川ゆうゆうプラザ ホームページ

北品川ゆうゆうプラザ

広報誌「きたしなだより」やイベントの
お知らせをホームページで簡単にチェックできます！
北品川ゆうゆうプラザと検索バーに入力して、詳しい情報をご覧ください！
※裏面右上のQRコードからもご覧いただけます。

