

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 リコーダー教室 卒業コンサート♪

受講生の皆さんが練習を重ねてきた成果を披露するリコーダーコンサートです。心を込めた演奏をぜひお楽しみください♪

日時:9月3日(木) 14:30～15:00
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 講師:味澤 明子氏
申込:不要



多世代交流 きたしなシネマ館&ナイトシネマ館

昔懐かしい映画を中心に上映をしています。
※上映予定の作品についてはプラザへご確認ください。

日時:8月9日・16日(日) 14:00～16:00
8月28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 きたしな歌声クラブ♪

ピアノの伴奏に合わせ、童謡や唱歌などを一緒に歌いましょう♪

日時:8月29日(土) 14:00～15:00
会場:レクリエーション室① 定員:40名程度
講師:峯村 由恵氏
対象:品川区民の方
費用:無料 申込:不要



多世代交流 パソコンサロン

講師からパソコンで役立つ話を楽しくみんなで学びましょう。

日時:8月12日(水)10:30～12:00
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:品川区民の方(60歳以下の方もご参加いただけます。)
持ち物:パソコン
費用:無料 申込:不要



多世代交流 編み物サロン

編みたいものを持ち寄り、お話ししながら楽しく編み物をしています。初めての方も大歓迎♪ぜひ見学にお越しください！

日時:8月14日・28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:毛糸、かぎ針(6号針)
費用:無料 申込:不要



多世代交流 みんなでぬりえサロン

好きな色を選びながら、ご自身のペースでゆったりと作品づくりができます。初めての方でも気軽にご参加いただけます。

日時:8月5日・19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



多世代交流 eスポーツで遊ぼう！

ダーツやボウリング、リズムゲーム等皆さんで楽しめるゲームをご用意しています。年齢不問!!初参加も大歓迎です。

日時:8月2日・9日・16日・23日・30日(毎週日曜日)
11日(月・祝 山の日) 10:00～11:30
会場:1階 地域交流スペース他 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 押し花サロン

～くまさんのポケットティッシュケース作り～

色とりどりの押し花を使って、世界に一つだけのポケットティッシュケースを作ります。

日時:8月22日(土) 11:00～12:00
8月26日(水)14:00～15:00
会場:コミュニティ室① 定員:各回6名(抽選)
講師:伊藤 志鶴子氏 対象:品川区民の方
費用:500円(材料費)
持ち物:押し花
※押し花をお持ちでない方も、必要に応じてご用意いたしますので、お気軽にご参加ください。
申込方法:直接来館またはお電話
申込期間:7月29日(水)～8月14日(金)まで
当選発表:8月15日(土)
※当選者の方のみお電話でご連絡いたします。



多世代交流 電子ピアノ体験会

電子ピアノ体験会は、未経験の方も大歓迎です。
講師とマンツーマンで、ピアノ演奏を30分間体験しましょう♪

日時:9月5日・19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:各回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
申込期間:8月4日(火)～8月22日(土)
当選発表日:8月27日(木)
※当選者の方のみお電話でご連絡いたします。



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
・飲み込む時にむせることがある ・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
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

令和8年7月25日発行

北品川ゆうゆうプラザ きたしな だより 8月号



Kita Shinagawa "Friday Night Jazz Time"

知識なんていりません。初めて音楽に震えた「あの日」の自分に帰って、みんなで少しずつ、ジャズの世界を覗いてみる。
そんな、ちょっとだけ、“It’s cool”な時間。毎月第2金曜日の夜、北品川ゆうゆうプラザでお待ちしています。

日時:毎月第2金曜日 9月11日(金)スタート 19:00～20:30 会場:レクリエーション室①
定員:各回40名程度 対象:品川区民の方 費用:無料 申込:不要



ぴよぴよ体操

歩きはじめてから2歳頃のお子様を対象とした、親子で楽しむ運動あそびです。遊びを通して体を動かす楽しさを感じながら、
親子で笑顔の時間を過ごしましょう。



日時:9月22日(火)・26日(土) 10:00～10:30
会場:コミュニティ室② 定員:各回 親子5組(抽選)
対象:品川区在住の歩きはじめ～2歳頃のお子様と保護者様
費用:無料 講師:施設職員(幼児体育指導者)
持ち物:飲み物・タオル・動きやすい服装でお越しください。
※安全上、裸足でのご参加です。
※更衣室・着替えスペースはございません。
申込方法:直接来館またはお電話
申込期間:8月2日(日)～9月9日(水)
当選発表日:9月12日(土)
※当選者の方のみお電話でご連絡いたします。



きたしな ポップスコンサート

地域で活躍する加橋 章と北品川パラダイスキングによるポップスコンサートです。懐かしの名曲や親しみやすいメロディーを楽しみながら、心とむひとときをお過ごしください。皆さまのご来場をお待ちしています。

日時:9月13日(日) 14:00～15:00
会場:レクリエーション室①
定員:40名程度
対象:品川区民の方
費用:無料 申込:不要
出演:加橋章と北品川パラダイスキング



あなたの得意を活かしませんか？ ボランティアスタッフ募集中！

講座やイベントと一緒に盛り上げてくださるボランティアを募集しています！

【活動内容】
・事業の講師(語学・夜間事業) ・イベントや講座の運営補助 等

できる時に、できることから参加できます。
地域の仲間づくりや新しい経験をしてみたい方、ぜひお気軽にご参加ください！ 詳しくは窓口までお問い合わせください。

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(日曜・祝日は17:00まで)
休館日:年末年始(12月29日～1月3日)※施設点検のため年末年始以外にも臨時休館する場合があります。

ハンドメイドサロン～可愛いお花の壁飾り作り～

可愛いお花の壁飾りを手作りしながら、ものづくりの楽しさを味わえるハンドメイドサロンです！

日時:9月2日・16日(水) 14:00～15:30
会場:スタジオ
定員:各回8名(抽選)
対象:品川区民の方 費用:110円(材料費)
持ち物:のり・ハサミ
申込方法:直接来館またはお電話
申込期間:8月3日(月)～8月17日(月)
当選発表日:8月18日(火)
※当選者の方のみお電話でご連絡いたします。



おはなし会

絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊びなどを通して、子どもたちが楽しく本に親しめる時間を大切にしています。

日時:8月21日(金)・9月20日(日)15:30～16:00
会場:コミュニティ室②
定員:10名程度
対象:品川区民の方(乳幼児からシニアまで)
費用:無料
申込:不要



カラオケ ボイストレーニング講座

声が出しづらい方や歌に苦手意識がある方対象に、発声や上手に歌うコツを楽しく学びます♪ぜひ、ご参加ください！

日時:8月8日・22日 9月12日・26日 10月3日・17日
(土曜日 全6回予定) 14:00～15:00
会場:スタジオ
定員:8名(抽選)
対象:60歳以上の品川区民の方 費用:無料
講師:西城はるか氏
持ち物:飲み物・眼鏡
申込方法:直接来館またはお電話
申込期間:7月13日(月)～7月30日(木)
当選発表日:8月1日(土)
※当選された方のみお電話にてご連絡いたします。





北品川ゆうゆうプラザ8月カレンダー

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・ボディソープ・バスタオル等は各自ご持参ください。
※皆さまが気持ちよくご利用いただけるよう、
ルールを守ってご利用ください。



折り紙サロン

日時:8月4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(初心者歓迎)
費用:無料
申込:不要



1 (土)

みんなdeヨガ 太陽コース 10:30~11:45	受付 終了
フォーユー体操 12:50~13:20	申込 不要
スライムであそぼ 14:00~15:30	受付 終了

2 (日) eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30 申込不要 浴衣着付け講座 13:30~16:00 事前相談 健康増進室は使用できません。 17:00閉館	3 (月) フォーユー体操 12:50~13:20 申込不要 100歳まで元気!健康教室 ①13:30~14:15 ②14:30~15:15 事前申込制 薬膳サロン~夏を乗り切る豆乳プリン~ 14:00~15:30 受付終了	4 (火) 女性入浴 地域ミニデイ 9:30~11:00 事前相談 折り紙サロン 14:00~15:30 申込不要	5 (水) 男性入浴 みんなでぬりえサロン 10:00~11:30 申込不要 ラジオ体操 13:15~13:35 申込不要 北品川カフェ 14:00~16:00 申込不要	6 (木) 女性入浴 囲碁将棋サロン 9:00~16:30 申込不要 初心者向け リコーダー教室 14:00~15:00 受付終了	7 (金) 男性入浴 いきいきストレッチ&リズム体操(1期) ①14:00~14:45 ②15:00~15:45 受付終了	8 (土) フォーユー体操 12:50~13:20 申込不要 カラオケ ボイストレーニング講座 14:00~15:00 抽選 申込制
9 (日) eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30 申込不要 きたしなシネマ館 14:00~16:00 申込不要 健康増進室は使用できません。 17:00閉館	10 (月) フォーユー体操 12:50~13:20 申込不要	11 (火) 山の日 地域ミニデイ 9:30~11:00 事前相談 eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30 申込不要 健康増進室は使用できません。 17:00閉館	12 (水) 男性入浴 パソコンサロン 10:30~12:00 申込不要 ラジオ体操 13:15~13:35 申込不要 フレイル予防体操&呼吸法 14:00~14:30 申込不要	13 (木) 女性入浴 囲碁将棋サロン 9:00~16:30 申込不要	14 (金) 男性入浴 編み物サロン 10:00~11:30 申込不要	15 (土) みんなdeヨガ 太陽コース 10:30~11:45 受付終了 フォーユー体操 12:50~13:20 申込不要 電子ピアノ体験会 14:00~16:00 受付終了
16 (日) eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30 申込不要 きたしなシネマ館 14:00~16:00 申込不要 健康増進室は使用できません。 17:00閉館	17 (月) フォーユー体操 12:50~13:20 申込不要 100歳まで元気!健康教室 ①13:30~14:15 ②14:30~15:15 事前申込制	18 (火) 女性入浴 地域ミニデイ 9:30~11:00 事前相談	19 (水) 男性入浴 みんなでぬりえサロン 10:00~11:30 申込不要 ラジオ体操 13:15~13:35 申込不要 北品川カフェ 14:00~16:00 申込不要	20 (木) 女性入浴 囲碁将棋サロン 9:00~16:30 申込不要 初心者向け リコーダー教室 14:00~15:00 受付終了	21 (金) 男性入浴 おはなし会 15:30~16:00 申込不要	22 (土) 押し花サロンくまさんのポケットティッシュケース 11:00~12:00 抽選 申込制 フォーユー体操 12:50~13:20 申込不要 カラオケ ボイストレーニング講座 14:00~15:00 抽選 申込制 電子ピアノ体験会 14:00~16:00 受付終了
23 (日) eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30 申込不要 スマホ講座 LINEをもっと知ろう 14:00~15:30 申込不要 健康増進室は使用できません。 17:00閉館	24 (月) フォーユー体操 12:50~13:20 申込不要	25 (火) 女性入浴 地域ミニデイ 9:30~11:00 事前相談 きたしな脳トレ 14:00~15:00 申込不要	26 (水) 男性入浴 ラジオ体操 13:15~13:35 申込不要 押し花サロンくまさんのポケットティッシュケース 14:00~15:00 抽選 申込制	27 (木) 女性入浴 囲碁将棋サロン 9:00~16:30 申込不要	28 (金) 男性入浴 編み物サロン 10:00~11:30 申込不要 Let's 計算 脳トレタイム 13:30~14:30 受付終了 フレイル予防体操&呼吸法 14:00~14:30 申込不要 きたしなナイトシネマ館 17:00~19:00 申込不要	29 (土) みんなdeヨガ 太陽コース 10:30~11:45 受付終了 フォーユー体操 12:50~13:20 申込不要 きたしな歌声クラブ 14:00~15:00 申込不要
30 (日) eスポーツで遊ぼう! 10:00~11:30 申込不要 健康増進室は使用できません。 17:00閉館	31 (月) フォーユー体操 12:50~13:20 申込不要 100歳まで元気!健康教室 ①13:30~14:15 ②14:30~15:15 事前申込制	60歳以上 北品川カフェ 日時:8月5日・19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 様々な音楽・歌や脳トレなど楽しい2時間で脳も心も活性化間違いなし♪ フレイル予防体操&呼吸法 日時:8月12日(水)・28日(金) 14:00~14:30 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 スマホ講座 LINEをもっと知ろう 日時:8月23日(日) 14:00~15:30 会場:コミュニティ室② 定員:15名程度 対象:60歳以上の品川区民の方 費用:無料 申込:不要 きたしな脳トレ 日時:8月25日(火)14:00~15:00 会場:レクリエーション室① 対象:60歳以上の品川区民の方 定員:20名程度 講師:職員 申込:不要 費用:無料				