

GOOO健康！教室OB会

2019年7月篠原地域ケアプラザ主催のGOOO健康教室が開催されました。しかし、終了後から、楽しいから効果があるからぜひ続けたいの...



先生は川瀬尚美先生。笑顔いっぱい、一人ひとりに合わせて筋トレ、ストレッチ、脳トレのプログラムを組んでくれます。

えがおdeプラチナFASHION塾！

手塚 幸雄さん 68歳 昭和28年6月4日生まれ

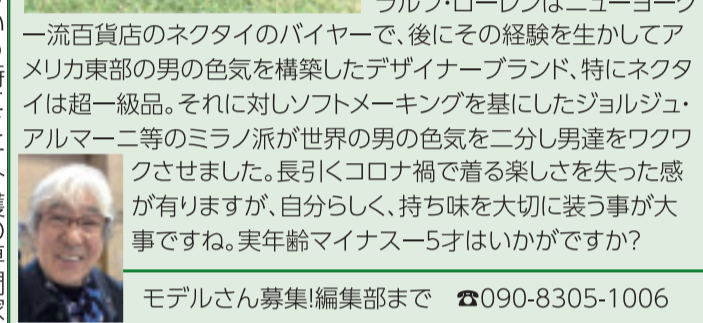
若い時はよく横浜元町のラルフローレンの並行輸入店によく出かけていた手塚さん。また、元町ポピーでは学生時代は手が届かなかった。40代になって行くと先代社長「シルクのスカーフをもう少し歳を召したら」とアドバイスされたそう。



絵が好き。ジャズも好きで野毛のダウンビートに通っていた。大学生の頃から今も変わらない素敵なヒゲがトレードマーク。

倉屋先生からファッション提案

トラッドの名手、ラルフ・ローレンのファンとは80～90年代の空気をいっぱい吸いましたね。ラルフ・ローレンはニューヨーク一流百貨店のネクタイのバイヤーで、後にその経験を生かしてアメリカ東部の男の色気を構築したデザイナーブランド、特にネクタイは超一級品。



モデルさん募集編集部まで ☎090-8305-1006

えがおお川柳

「ちょっといい」または自由選者 新垣紀子

全体のリズムが大きく崩れた、極端な文字余りの句を時々見かけます。そういう句は残念ながら何でも選考外となることほとんどです。もうないのですよ！

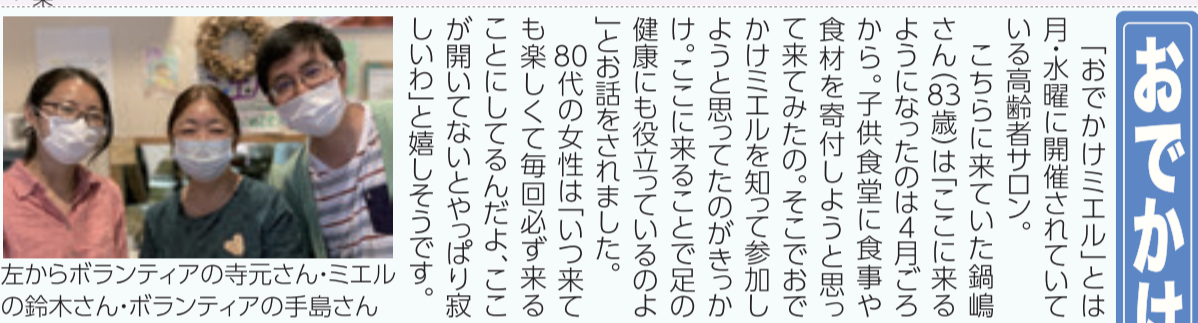
えがお歌壇

「緑」または自由 西巻真選

豆苗の光求めて競い合う姿はまるで北斎の波。おもなが屋の二首目の比較は、今月は是非お薦めしたい。私がおもなが屋の二首目の比較は、今月は是非お薦めしたい。

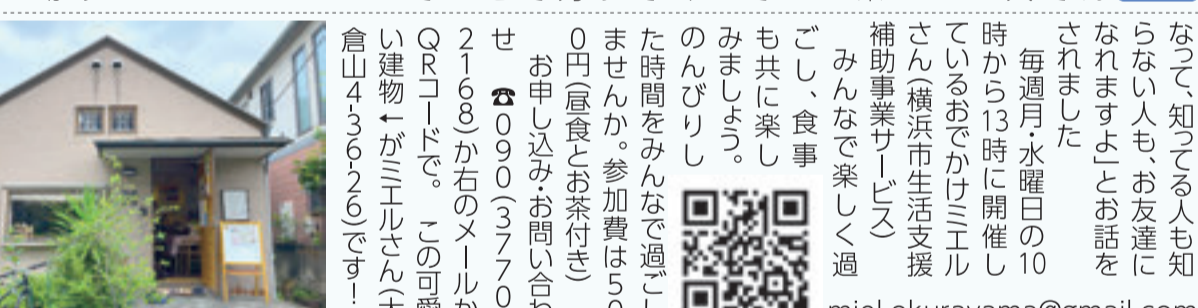
おでかけミエール

「おでかけミエール」とは月水曜に開催されている高齢者サロン。こちらに来ていた鍋嶋さん、83歳は「ここに来るようになってからは4月、5月、6月、7月、8月、9月、10月、11月、12月の5000円です。」

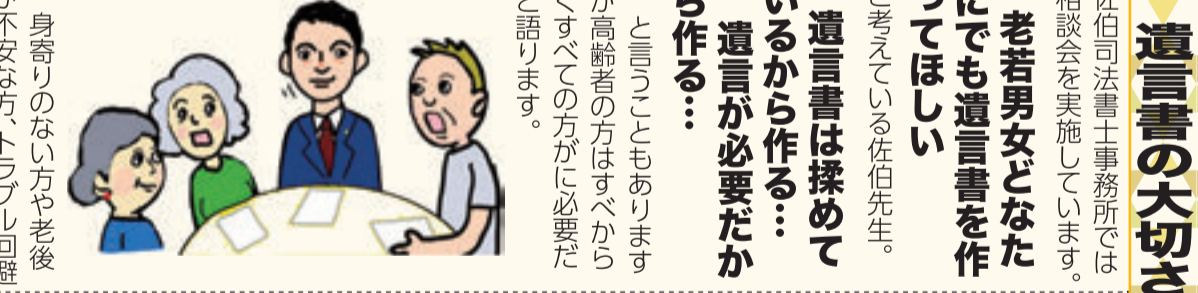


左からボランティアの寺元さん、ミエールの鈴木さん、ボランティアの手島さん

武内さん(83歳)はなんとお元気あいいいとして、そして自然と良い人が集まって来るよね。コロナが終ると、学んだりと一緒に体験するようないイベントが始まる、もっと楽しくなって期待しているわ



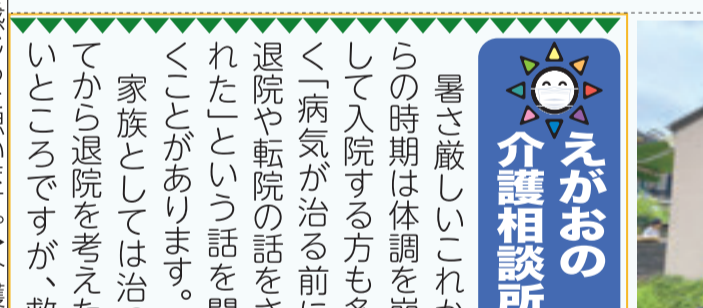
お昼(飯は近隣のいきいきサロンド)いじらんでんが掛けてくれたお惣菜で、現在はお持ち帰り専用のおいしいお食事を作ってくれ、持ち帰ることが出来ます。



倉山43-62-6)です！



遺言書の大切さ 佐伯啓輔司法書士 相続をスムーズに実施するには、遺言書の作成が不可欠です。



えがおの介護相談所 暑さ厳しいこれからの時期は体調を崩して入院する方も多く、病気が治る前に退院や転院の話をされる方が多いです。

何よりも大きな事は気持ちごとくも軽くなること。故人が遺言書にある通りに「このようにきちんと意思を伝えてくれた」として、精神的な不安が軽減しやすくなります。

遺言・相続・終活の無料相談会 新横浜駅から徒歩約5分JR新横浜駅北口から徒歩6分のF・マリンス通り沿いのシルバール内

小川さんの港北区みどころ探訪！

野神社をたずねました。大倉山にある「関東東大盃」の神社とご縁が深いことでも知られています。



野神社をたずねました。大倉山にある「関東東大盃」の神社とご縁が深いことでも知られています。

えがおの占い 今月の運勢 7月15日～8月14日

Table with 2 columns: Day (子, 丑, 寅, 卯, 辰, 巳) and Fortune text. Includes a small photo of a woman.

港北ケアプラン 登録ヘルパー募集! 未経験・未資格者歓迎! 資格がなくてもOK、資格取得補助あり