

【荏田地域ケアプラザ主催・共催事業】★記載がない場合、会場は荏田地域ケアプラザ2F 多目的ホールです。

★感染症の拡大状況等により、事業及びプログラムが変更または中止となる場合があります。

★当施設ご来館の際は、マスク着用のご協力をお願いします。

令和5年12月・令和6年1月行事予定

茶話会

高齢者対象

日時：12月15日(金)13:30~14:45

【クリスマス会】

令和6年1月19日(金)13:30~14:45

【新年会】

申込：初めての方要申込 参加費：100円

えだぴよ

未就園児親子対象

時間内自由に入退出できる子育てフリースペース

日時：12月22日(金)9:30~11:30

12月はクリスマス会を開催します

令和6年1月26日(金)9:30~11:30

申込：申込不要 参加費：無料

あざみ野南4丁目サロン

どなたでも

あざみ野南に住んでいない方も気軽に参加できます。

日時：令和6年1月10日(水)

13:30~14:30

内容：リハビリホーム

グラウンド ホーム長さん

がゲストでいらっしゃいます！

場所：徳江邸 車庫2階

参加費：無料

持ち物：スリッパ

申込：不要

会場が分からない方は、荏田地域ケアプラザまで☎

荏田地区 健康・体操茶話会

どなたでも

健康のために、みんなで身体を動かします。

日時：令和6年3月1日(金)

10:00~11:30

内容：ポッチャ

場所：宿自治会館2階

持ち物：動きやすい室内靴

参加費：無料

申込：不要

えだ家

1人暮らしの高齢者対象

荏田地区にお住まいの高齢の方を対象に手作りお弁当を1食500円で配食しています。

活動日：毎週木曜日

(令和6年1月4日はお休み)

対象：条件あり

(ご利用希望の方はケアプラザまでご相談ください)

※急募!!配達ボランティア調理ボランティアも募集中!

【荏田地域ケアプラザ登録団体紹介】

★参加希望の方は下記問い合わせ先までご連絡ください。

t.m.d.



活動紹介

名前の由来は、「to my dream」夢に向かって！毎年行われる「バリアフリーWITHコンサート」に向けてみんなで練習を重ねています。皆さんもぜひ聴きにきてくださいね。

きらめき☆ウォーク

どなたでも

毎月1回、青葉区を中心に活動するウォーキンググループです。公園や寺社等を巡り、季節の草花をながめたりして、ゆったりと歩いています。

活動日：第4火曜日 9:30~12:00

参加費：無料 新規受入：可

ぴかぴかボイス

どなたでも

普段はボイストレーニングをしながら歌の練習を行っています。年に数回、ケアプラザのデイサービスやえだ福祉ホームさんで歌の披露もします。

活動日：毎月第1・3水曜日 13:00~14:30

参加費：600円/回 新規受入：可

子育て相談会場

未就園児親子対象

親子で遊びながら、子育てに関する相談もできます。

日時：毎週水曜日 9:30~11:30

申込：不要 参加費：無料

問い合わせ先：荏田地域ケアプラザ 045-911-8001

休館日：R5/12/17、12/29~R6/1/3、1/21



荏田地域ケアプラザ 広報紙 常夜燈

令和5年11月20日発行 115号

横浜市青葉区荏田町 494-7 ☎045-911-8001

荏田地域ケアプラザ 発行責任者：熊澤 美佐子

花王グループカスタマーマーケティング株式会社による

GENKI“元気”生活をおくるために

代謝

と

脂肪



GENKI“元気”になるための生活習慣・食べ方・運動について、ちょっとしたメソッドをご紹介します！

●日時：令和6年1月29日(月) 13時00分~14時00分

●会場：荏田地域ケアプラザ2階 多目的ホール

●講師：花王グループカスタマーマーケティング株式会社 講師

●対象者：荏田町・荏田北・あざみ野南に在住の方 ●定員：20名程度

●参加費：無料

●持ち物：上履き、外履きを入れる袋、筆記用具、電卓(携帯電話の電卓でOKです)

●申込：左記QRコードまたは荏田地域ケアプラザの窓口、電話にて



↑↑↑
コチラ
から

LINE 公式アカウントを開設しています！

荏田地域ケアプラザのイベント情報や広報紙など、最新情報を配信しています。

ぜひご登録ください。

ご登録はLINEの友だち追加から右のQRコードを読み取るか、ID検索で「@619vnevi」を検索してください。



お友だち
募集中！

【主催】荇田地域ケアプラザ 【協力】ダイパレスあざみ野自治会・荇田地区社会福祉協議会

健康づくり講座～食べる力を維持しよう！～ @ダイパレスあざみ野

お口から美味しく、楽しく食べることは、いつまでも健康に過ごすための大事な要素の一つです。噛む力、飲み込む力など、お口の機能を保つ方法を学び、これからの生活に取り入れましょう！

日時：令和6年1月26日(金) 10:00～11:00

場所：ダイパレスあざみ野 自治会館
(青葉区荇田町 246-1 B棟1階)

**講師：青葉区医師会訪問看護ステーション
言語聴覚士 添田 真紀子 氏**

対象：おおむね 65 歳以上の方

定員：15 名 参加費：無料

申込：荇田地域ケアプラザの窓口、電話にて
12月1日(金)受付開始 先着順
1月16日(火)締め切り



講座終了後に、荇田地域ケアプラザの相談員が、健康のことや今後の介護のこと等、個別に相談を受け付けます。お気軽にお声かけください。

活動紹介・メンバー募集

横浜市には、身近な地域で介護予防・健康づくりに取り組む「元気づくりステーション」というグループがあります。荇田エリアには麻雀を行う元気づくりステーションが2つあり、一緒に活動するメンバーを募集しています。
麻雀で頭や手先を使い、途中でラジオ体操やストレッチを行って身体を動かします。健康づくりに関する講座も年に2回程度行います。
見学は随時可能です。お問い合わせは荇田地域ケアプラザまで。



健康マージャン荇田 若干名

活動日：日曜日(第3日曜日除く)
時間：12時～16時
場所：荇田地域ケアプラザ 多目的ホール



荇田健康麻雀火曜会

活動日：火曜日(第3火曜日除く)
時間：12時～16時
場所：荇田地域ケアプラザ 多目的ホール



【介護者のつどい】

介護する人の日頃の思いを 自由にお話する会

介護について思うこと、悩んでいること、体験したことをお茶を飲みながら一緒に話しませんか？



日時：令和6年1月22日(月) 13:30～15:00

会場：荇田地域ケアプラザ 多目的ホール

対象者：現在、介護をしている方、介護経験者、関心のある方どなたでも

定員：10名程度 参加費：無料

持ち物：上履き、外履きを入れる袋

申込：荇田地域ケアプラザの窓口、電話、右記のQRコードにて

※マスク着用にご協力ください。



横浜市民ギャラリーあざみ野・荇田地域ケアプラザ共催



みんなで
お話をしながら、
美術鑑賞
【昨年度のご様子】

昨年度から実施している事業です。

アートギャラリーという、ふだんとは違う空間で、認知症の方やその家族、高齢の方などだれもが集える外出の場やつながりの場の一つとして、参加してみませんか？
鑑賞会のあとは、「アート」の話で、お茶会を楽しみます。

日時：令和6年1月19日(金) 13:30～15:00

会場：横浜市民ギャラリーあざみ野

(アートフォーラムあざみ野内・あざみ野駅徒歩5分)

集合場所：3階アトリエ 参加費：無料

対象者：外出の機会の少なくなったご高齢の方、認知症のご本人と
そのご家族など

定員：5組程度

申込：荇田地域ケアプラザの窓口、電話にて