

【荇田地域ケアプラザ主催・共催・協力事業】

★記載がない場合、会場は荇田地域ケアプラザ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。

令和7年4月・5月行事予定

茶話会

高齢者対象  
主催事業

日時:4月18日(金)13:30~15:00

【オカリナの音色に耳を澄ませて】

5月16日(金)13:30~15:00

【一緒に昭和の話をしませんか?】

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  
主催事業

時間内自由に入退出できる

「子育てフリースペース」です!

日時:4月25日(金)9:30~11:30

5月23日(金)9:30~11:30

申込:申込不要 参加費:無料

荇田地区 健康・体操茶話会  
共催事業

健康のために、みんなで  
身体を動かします。

※令和7年度は7月から  
開催予定です!!

日時:7月4日(金)  
10:00~11:30

内容:盆踊り

場所:宿自治会館

持ち物:動きやすい室内靴

参加費:無料

申込:不要

あざみ野南4丁目サロン  
協力事業

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:5月14日(水)  
13:30~14:30

内容:ポッチャ

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

場所が分からない方は、  
荇田地域ケアプラザまで☎

LINE 公式アカウント  
お友だち募集中!

荇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  
していきます。ぜひご登録ください。

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



【荇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。

荇田健康麻雀火曜会

どなたでも

趣味の麻雀を通じて、参加者間の親睦を  
深めています。みんなで体操も行っています。

活動日時:月3回火曜日 12:00~16:00

活動場所:荇田地域ケアプラザ

参加費:200円/月 新規受入:募集中!

エンジョイ荇田塾 (EETC)  
たけのこクラブ

活動紹介

地域課題の解決のために「ちょっとボラン  
ティア」、「荇田お困り事ネットワーク」等に  
取り組んでいます。

活動日:月1回土曜日 新規受入:募集中!

活動場所:荇田地域ケアプラザ 参加費:無料

アップルツリー太極拳

どなたでも

全身を使ったゆっくりとした動きの太極拳は  
血液の流れをよくして免疫力の向上につなが  
ります。そして身体のバランスもよくなり  
転びにくくなります。

活動日時:月4回金曜日

活動場所:荇田地域ケアプラザほか

※詳細はケアプラザまでお問い合わせください。

子育て支援者会場

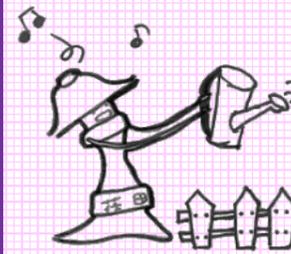
未就園児  
親子対象

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:荇田地域ケアプラザ 045-911-8001 休館日:令和7年4月20日(日)・5月18日(日)



荇田地域ケアプラザ  
広報紙 常夜燈

令和7年3月20日発行 123号

横浜市青葉区荇田町 494-7 ☎045-911-8001  
荇田地域ケアプラザ 発行責任者:老川 洵平

誰でも集える

参加費無料

交流カフェ



令和7年度、チームオレンジの取組として、『交流カフェ』を定期的に開催します。交流カフェは、認知症のご本人とその家族はもちろん、お子様から高齢の方まで、どなたでも参加できます。コーヒーなどを飲みながら、楽しい時間を過ごしましょう。ちょっとしたイベントも企画しています。お気軽にお越しください。

チームオレンジとは、認知症の人や家族の希望や願いをもとに、認知症の人が、役割と生きがいを持って、安心して自分らしく暮らせるまちづくりを目指した地域における取組です。

交流カフェに参加したい方や、チームオレンジの活動にご興味のある方は、荇田地域ケアプラザまでお問い合わせください。



開催予定

日程	場所
4月3日(木)	荇田地域ケアプラザ
5月1日(木)	荇田コミュニティハウス
6月5日(木)	江田記念病院
7月3日(木)	荇田コミュニティハウス
8月7日(木)	荇田地域ケアプラザ
9月4日(木)	荇田コミュニティハウス
10月2日(木)	リハビリホームグランダあざみ野
11月6日(木)	荇田コミュニティハウス
12月4日(木)	シティホール江田
1月8日(木)	荇田コミュニティハウス
2月5日(木)	リハビリホームグランダあざみ野
3月5日(木)	荇田コミュニティハウス

時間は14:00~15:30、出入り自由です。

【介護者のつどい】



介護保険制度~これからのために知っておきたい方に

日時:4月28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: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

申込:荇田地域ケアプラザの窓口、電話、右記の二次元コードにて



※「介護者のつどい」は、さまざまなテーマで年4回(4/28・7/28・10/27・R8.1/26)実施しています。ご関心のある方はどなたでも参加可能です。気軽にお問合せください。

参加者  
大募集!

# しっかり歩いて元気な毎日! フレイル予防教室



参加費：無料

フレイルとは、こころとからだの機能が低下した状態であり、健康と介護が必要な状態の中間の状態をいいます。自立した生活を続けるためには、フレイルに早く気づくこと、予防することが大切です。

日程	内容	講師
6月2日(月) 13:30~15:00	ロコモ予防の運動とウォーキング①	(一社)ケア・ウォーキング普及会 代表理事 東海大学医学部客員教授 健康運動指導士 黒田 恵美子 氏
6月9日(月) 13:30~15:00	お口の働きについて	訪問看護リハビリステーション 青葉の大地 言語聴覚士 富井 基貴 氏
6月23日(月) 13:30~15:00	栄養について ☺試食付き☺	技研センター有限会社 取締役 管理栄養士 小澤 早苗 氏
6月30日(月) 13:30~15:00	ロコモ予防の運動とウォーキング②	(一社)ケア・ウォーキング普及会 代表理事 東海大学医学部客員教授 健康運動指導士 黒田 恵美子 氏

場所：荏田地域ケアプラザ 多目的ホール

対象：おおむね 65 歳以上の方 定員：15 名

※応募者多数の場合は、荏田エリア在住の方、4日間参加できる方を優先します。

申込：電話または来館にて受付 5月30日(金)締め切り

# ★ボランティア活動紹介★

荏田地域ケアプラザで大活躍中のボランティアの方々を紹介します！  
特技を披露したい方はもちろん、迷っている方もお気軽にご相談ください。

may lily harmony

あおば落語とタンゴのセラピーの会



←フォーク  
クローバー



←高校生  
ボランティア

## よこはまシニアボランティアポイント ボランティア登録研修会参加者募集

ボランティア活動を行うとポイントがたまり、ポイントに応じて換金ができる横浜市の仕組みです。  
ボランティア活動による社会参加を通じて、健康増進・介護予防・地域貢献等の「生きがいづくり」を目的としています。

- 対象：65歳以上で横浜市在住の方
- 日時：6月21日(土) 14:00~15:30
- 会場：荏田地域ケアプラザ2階 多目的ホール
- 申込：荏田地域ケアプラザまでお電話、受付窓口、  
または右記二次元コードより
- 切：5月17日(土) ●定員：10名程度 ※先着順
- 持ち物：介護保険証、筆記用具、上履き



## 子育てサークル Sunday

日曜日にファミリーで参加できる「子育てサークル Sunday」が誕生しました！  
家族同士で交流したり、子育てに関する講座を受けてみませんか？  
家族ぐるみで情報交換、お友達作りができるチャンスです！  
父子のみ、母子のみの参加も OK です。お気軽にご参加ください。

- 日時：4月13日(日) おさるんリトミック(参加費 300 円)
- 5月25日(日) つどいの場(無料)
- 6月8日(日) 子どもの救命・応急処置(無料)

会場：荏田地域ケアプラザ2F 多目的ホール  
時間：各回 10:00~11:00  
対象：0歳~3歳児の親子

(ごきょうだいの参加についてはお問合せください)  
参加費：4月は1組 300 円、5・6月は無料  
定員：先着 12 組  
問合せ先：p06p070@gmail.com (団体代表)  
(ピー・ゼロ・ロク・ビー・ゼロ・ナナ・ゼロ)



お申込みは  
こちらから



共催：男性子育て支援団体 Sunday