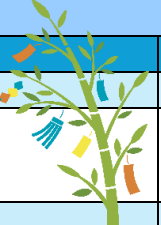


会場利用予定表

令和 7 年 6 月

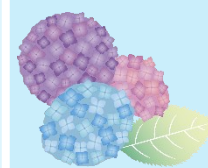
日	月	火	水	木	金	土
1 ★スタイルF 	2 ・のびやか 体操倶楽部	3 ・喜楽会（囲碁） ・かようの会 （歌・体操） ・手芸ポン ・秀麗会 （日本舞踊）	4 ・カローリン ぐっど	5 ・手話サークル 「さかいの会」 ・太陽の会 （体操）	6 ・男のボランテ ィアとなり組 ・おりんばす （編み物）	7 ・食いしん坊 （パソコン、スマ ートフォン教室）
8 ・三ツ境みんな の太極拳	9 ・ハッピー ダンス	10 ・喜楽会 ・瀬谷もみじ （体操・歌） ・秀麗会 ・絵楽会	11 ★音楽で脳トレ ・にこやか体操 倶楽部	12 ・手話サークル 「さかいの会」 ・ククイオハナ （フラダンス）	13	14 ・あすなろヨガ 同好会 ・食いしん坊
15 ・三ツ境みんな の太極拳 ・ジャンプ ・Nicori （コーラス）	16 ・カローリン ぐっど ・のびやか 体操倶楽部	17 ・喜楽会 ・かようの会 ・AAさがみ グループ	18 ・赤ちゃん教室	19 ・手話サークル 「さかいの会」 ・淡彩画教室	20 ・つくしの会 ・太陽の会 ・おりんばす ・セヤカシ M ラバース	21 
22 	23 ★男性のため のおひとり様 講座	24 ・喜楽会 ・瀬谷もみじ ・絵楽会 ・テイク・ユー	25 ★音楽で脳トレ ・にこやか体操 倶楽部 ・セヤカシ M ラバース	26 ・ゆるカフェ （体操・茶話会） ・楽しい英会話 ・ククイオハナ	27 ★ちびっこ ルーム ・せやプラス	28 ・Nicori ・さつき絵手紙 教室
29 ・休館日	30 ★我がこと まるごと健康 ボランティア 講座					

令和 7 年 7 月

日	月	火	水	木	金	土
		1 ・喜楽会 ・かようの会 ・手芸ポン	2 ・カローリング ぐっど	3 ・手話サークル 「さかいの会」 ・太陽の会	4 ・男のボランテ ィアとなり組 ・おりんばす	5 ・食いしん坊
6 ・食いしん坊 ・さつき シニアの会	7 ・のびやか 体操倶楽部	8 ・喜楽会 ・瀬谷もみじ ・絵楽会	9 ★音楽で脳トレ ・にこやか体操 倶楽部	10 ・手話サークル 「さかいの会」	11	12
13	14	15 ・喜楽会 ・かようの会 ・AAさがみ グループ	16 ・赤ちゃん教室	17 ・手話サークル 「さかいの会」 ★いっぶくの会	18 ・だるまの会 ・太陽の会 ・おりんばす	19
20 ・ハッピー ハッピー	21 ・カローリン ぐっど ・のびやか 体操倶楽部	22 ・喜楽会 ・瀬谷もみじ ・絵楽会	23 ★音楽で脳トレ ・にこやか体操 倶楽部	24 ★小学生福祉 教育講座	25 ★ちびっこ ルーム	26 
27 ・休館日	28 ★男性のため のおひとり様 講座 ・ハッピー ダンス	29 ・喜楽会	30 ★我がこと まるごと健康 ボランティア 講座	31 		

★印はプラザ事業です

※上記の会場利用は5月 10 日時点のものです。今後変更されることがありますのでご了承下さい。



かがやき

二ツ橋地域ケアプラザ広報紙 令和 7 年 6 月号

（社福）横浜市社会福祉協議会
横浜市二ツ橋地域ケアプラザ
瀬谷区二ツ橋町 83-4
電話 361-9807
FAX 361-9868
発行責任者 所長 星野 亮

夏休み

小学生福祉教育講座

夏休みの自由研究の参考に
いかがでしょうか

薬剤師体験をしてみよう♪

令和 7 年 7 月 24 日（木）

10：00～12：00



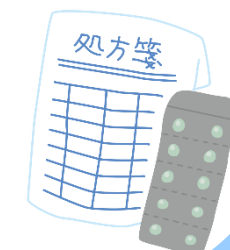
場所 ニツ橋地域ケアプラザ 多目的ホール

申込・問合せ ニツ橋地域ケアプラザ

地域活動交流 瀧澤

☎ 045-361-9807 または窓口

定員 20 名先着順



※内容等の詳細は後日チラシでお知らせいたします。

★さとまつり★ が開催されます

瀬谷区阿久和北部地区と三ツ境地区の境に位置する「長屋門公園」を拠点とし、
障害のある地域住民にもやさしい地域のイベントです♪

日時：令和 7 年 7 月 5 日（土）10：00～13：00 雨天決行

（夜は 18：00 から三ツ境商店街にかけて灯籠まつりがあります！灯りがとまり、とてもきれいですよ）

場所：長屋門公園 瀬谷区阿久和東 1-17

内容：各模擬店 作品販売 手作りステージでの演奏など



生活支援コーディネーターだより

宮沢町第二公園（通称：プール公園）の花壇に立ち寄ってみませんか

宮沢地区では、「宮沢まちづくり推進委員会（※）」が「ガーデナーズみやざわ」と称して花壇づくり活動を行っています。定期的に、プール公園の花壇を整備し、季節の草花を植えています。ぜひお散歩のついでに立ち寄ってみてください。一緒に活動する仲間も募集中です！

GREEN×EXPO2027 を盛り上げよう！
「宮沢花いっぱい活動」です



毎週火曜日 14時40分に
プール公園に移動販売が来ています
（雨天時中止）



移動販売



※宮沢まちづくり推進委員会は、連合自治会や地区社会福祉協議会の役員、民生委員児童委員などがメンバーとなって構成された「福祉のまちづくり」をすすめる団体です。

介護者のつどい いっぱくの会

◆ 座 談 会 ◆

介護されているうえでの悩みや、情報などを語り合しましょう。

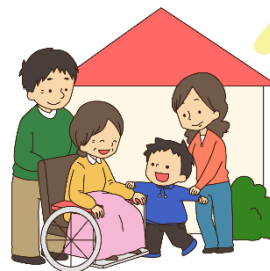
令和7年 7月17日（木） 13:30～15:00

場所：ニツ橋地域ケアプラザ 多目的ホール

対象：介護をされている方

申込：ニツ橋地域ケアプラザ 電話 045-361-9807 または窓口

定員：先着 15名



協力医の健康相談



「最近物忘れが気になるけど、病院に行ったほうが良いのかな」「体力の衰えを感じるけれど、病院に行くほどではない、でも気になる」など、あなたの疑問や不安について、当ケアプラザの協力医による健康相談を活用してみませんか？

令和7年 6月3日（火） 時間：14:20～15:00
7月1日（火）
8月休み 場所：ニツ橋地域ケアプラザ
9月2日（火） 医師：平野 雄介 医師（ひらの内科クリニック）

申込方法：事前予約制 電話 045-361-9807
または窓口 1日2人様（ひとり10分程度）

教えて！平野先生

熱中症を予防して暑い夏を乗り切りましょう！

熱中症とは、高温多湿な環境下において、体内の水分及び塩分（ナトリウム等）のバランスが崩れたり、体内の調整機能が乱れるなどして発症する障害の総称です。

コロナ感染もまだみられています。熱中症も同じように怖いので人込み以外ではできる限りマスクを外すようにしましょう（特に夏！）。

☆予防のポイント☆

- ①室温は28℃を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう！
- ②「のどが渇いた」と感じたときには、すでに水分不足になっていることが多いので、のどが渇かなくてもこまめに水分補給をしましょう！
- ③ 通気性の良い洋服を着て、外出時には帽子をかぶるなど、日よけ対策をしましょう！
- ④ 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりをしましょう！



自分の体調がすぐれない時は外出を控えたり、できる限り人と会わないようにしましょう。

平野 雄介 医師（ひらの内科クリニック）

申込・問合せ ニツ橋地域ケアプラザ 045-361-9807 FAX 045-361-9868

申込時にいただいた個人情報は、地域ケアプラザの事業のみに使用し他に使用することはありません。