



子ども・子育て



シニア



ロビー販売



そのほか

めだか・くれよん

未就学児とその親が自由に集まれるサロン。**雨の日でも部屋で遊べますのでお気軽にご参加ください。**

【めだか】 3/26(火)
4/23(火)
【くれよん】 3/2(土)
4/6(土)
ともに 10:00～11:30
【申】 不要

赤ちゃん教室

初めて子育てをする方を対象とした 0 歳児と保護者のための教室です。育児についての正しい知識や情報が得られます。

【時】 3/11、4/8(月)
10:00～11:30
【申】 不要

勉強を楽しむ会

小学生対象。地域ボランティアの皆さんがお子様の勉強をサポートします。学校の宿題や塾の予習などでも OK。

【時】 3/8、22(金)
4/12、26(金)
15:00～17:00
【定】 10 名(先着順)
【申】 当日受付可

ひなたぼっこ

高齢の方を対象に開催している月 1 回のサロン。毎回ゲストを迎え、楽しい企画をご用意しています。お気軽にご参加ください。

【時】 3/4(月)
4/1(月)
14:00～15:30

【申】 初回のみ事前に TEL
にて申込

つどいの場 おはり箱

お裁縫が好きな高齢の方がつどい、簡単な洋服のお直し、施設等で必要な布製品の作成などを行っています。お裁縫が苦手な方でもお気軽にご参加ください。

【時】 3/6、13、27 (水)
4/3、10、24 (水)
13:00～15:30
【申】 初回のみ事前に TEL
にて申込

スワンの会

現在介護を担っている方、介護を終えられた方が集まって**介護の悩みを共有したり、学んだり情報交換をする集い**です。

【時】 3/20(水)
4/17(水)
13:30～15:30
【申】 初回のみ事前に TEL
にて申込

パン販売「そよかぜの家」

区内の地域活動ホーム「そよかぜの家」で作っているパンを販売しています。

【時】 3/5、12、19、26
4/2、9、16、23、
毎週火曜日
11:30～13:00

パン販売「あんず」

障がいのある方が働く「ジャンプ」で作っているパンを販売しています。おすすめは Cube パンのチーズ入りといちじく入りです。パンはなくなり次第販売終了です。

【時】 3/1、8、15、22、29
4/5、12、19、26
毎週金曜日
11:30～13:00
* 焼き立てのパンを持っています。

フラワーロード販売

区内の障がい者施設「フラワーロード」で育てている花や季節の野菜、工芸品などを販売しています。

【時】 3/6、13、27
4/3、10、17、24
毎週水曜日
10:30～14:00

グリーンデイ

ケアプラザ周辺の緑化活動。月 1 回、地域ボランティアの「水仙クラブ」と一緒にお花を植えたり、花壇の手入れをします。当日飛び込み参加 OK!

【時】 3/21、4/18(木)
9:30～11:30
【申】 不要

医師への健康相談

日頃気になる家族や自分の身体のこと。**小田医院の小田先生が、医療の専門家の立場から優しく相談に応じてくれます。**どんな小さなことでも大丈夫です。気軽にご利用ください。

【時】 3/15(金) 4/19 (金)
14:00～15:00
【申】 事前に TEL にて予約

カフェ「GSJ」

男性ボランティアによるカフェ。オリジナルブレンドと手作りスイーツでおもてなしします。

【時】 3/11 (月)
4/8 (月)
14:00～16:00
【費】 300 円
【申】 不要

**3/18(月)
4/15(月)は休館日
※デイサービスのみ
営業となります。**



「南高台ブチサロン」参加者のみなさま



- あなたのまちの活動紹介（永野地区の集いの場）
- 高齢者サロン「ひなたぼっこ」紹介
- 3・4月のイベント情報



ケアプラザからのお知らせ 》》 困りごとのご相談について

ケアプラザは介護のことなど生活でお困りのことがある場合、どなたでもご相談いただけます。東永谷地域ケアプラザまでご連絡の上、ご相談ください。

電話:045-826-1097 FAX:826-1071

ご相談は 電話で予約 してから

相談や訪問等があるため、急な来所の対応はできない場合があります。

お車の場合 駐車場の ご予約を

車でなければ来所が難しい方用の駐車場が 1 台のみとなりますので、必要な場合はご予約を



横浜市東永谷地域ケアプラザ 広報紙「ふれあいの丘」（隔月発行）
発行日：令和 6 年 3 月 1 日 発行責任者：所長 三木 渉
住所：港南区東永谷 1-1-12 TEL：826-1097 FAX：826-1071
※この広報紙は自治会・町内会の皆様のご協力により回覧しています。





今回は永野地区内の自治会・町内会で開催されている地域の集いの場についてご紹介します。
地域の方たちが自分たちだけではなく、みなさんの「居場所」となる場所をつくっており、ご近所の自治会館・町内会館などでおはなししたり体を動かしたりと楽しんでいます。お近くにお住まいの方ぜひ行ってみたいはいかがでしょうか。

南高台 プチサロン

日 時：毎月第2・4 金曜日 10:00～11:30（8月は休み）
場 所：南高台自治会館（上永谷 1-6-11）
費 用：無料



▲わからないときは教え合い



▲辰年の切り絵を作成しています



▲男性の方も一生懸命やっています

ケアプラザまで行けなくても歩いて行ける場所に自分たちが歳を重ねても通える場所があるようにという思いからこのプチサロンが始まり、今年の6月で10周年を迎えられます。

ここに来れば他のみんなに色々聞いたりできて、顔を合わせる機会になっていますとのこと。ただテレビを見るだけではなく外に出るきっかけづくりにもなっているというお声もありました。お話する時間や身体を動かす時間もあります。ぜひ行ってみてください。

プチサロン以外にも麻雀の集まりや趣味の会カラオケの時間もありますよ。

富士見台 サロン

日 時：月に1度開催。13:00～15:00
場 所：富士見台自治会館（上永谷 2-2-19）
費 用：無料



▲童謡をみんなで歌っています

主催の鈴木さんが月見ヶ丘自治会でサロンを行っているのを見て、近隣の方からも開催してほしいという声もありはじまったサロンです。

参加者の方たちも「ここに来ると楽しい」という声が上がっていました。



▶輪投げ大会開催

お話をするだけでなく、歌を歌ったり輪投げやボッチャなど体を動かす内容も。みなさんが楽しく参加できるプログラムを考えています。男性の参加もお待ちしています。

月見ヶ丘自治会 茶話会

日 時：月1回開催（自治会の回覧板・掲示板で確認）13:30～15:30
場 所：月見ヶ丘自治会館（上永谷 1-10-5）
費 用：無料



▲この日は切り絵をみんなで作成

不定期開催ですがみなさんここで楽しくお話しています。かわいいチラシが掲示板や回覧で回っていますのでご都合が合う方はぜひ行ってみてください！

月見ヶ丘自治会内で困りごとの依頼があったお宅に行った際に、お話する場所があるいいのかなと思い、三浦さんが立ち上げて一年目のサロンです。



▲月見ヶ丘の昔話で盛り上がり

ご紹介した3つのサロンはどれも初めての方も気軽に参加できるところです。コロナ禍でなかなか外出しなくなってしまった方、遠くまで行くのは大変だという方、男女関係なく歓迎です。お近くの方はぜひ！

令和6年度 ケアプラザのサロン「ひなたぼっこ」 参加者募集

東永谷地域ケアプラザでも月1回集まりの場を設けています。

ゲストが来て色々なお話を聞いたりみんなでボッチャをしたりと楽しんでいます。ここで友達ができたという方もいます。ひとりで参加したい方、友達と参加したい方、少し体を動かしたい方、ケアプラザのお近くの方、男性で他の集まりは参加しにくいと感じている方、大歓迎です！



▲ゲストによる脳トレと体操



▲チームにわかれてボッチャ大会

日 時：毎月第1月曜日（8・1月は休み）14:00～15:30
場 所：東永谷地域ケアプラザ2階 多目的ホール
費 用：無料（申込は不要、直接お越しください）
問合せ：東永谷地域ケアプラザ（TEL：826-1097）

4月からの内容

4/1(月)
懐かしの曲を歌おう

5/6(月)
気持ちよく体を動かそう

6/3(月)
悪質商法について聞こう

7/1(月)
ケアプラザを知ろう

※内容は変更となる可能性があります