



子ども・子育て



シニア



ロビー販売



その他

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。

【めだか】第 4 火曜日
3/25
4/22

【くれよん】3/ 1 (土)
4/12 (土)

*くれよんは 4 月から第 2 土曜日に変更になりました。

ともに 10:00～11:30

【申】不要

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。

【日時】第 1 月曜日
3/3
4/7

14:00～15:30

【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。

おすすめは「さくらあんぱん」です。パンがなくなり次第終了です。

【日時】3/4.11.18.25
4/1.8.15.22.29
毎週火曜日
11:30～13:00

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!

【日時】3/20(木)
4/17 (木)
9:30～11:30

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。

【日時】第 2 月曜日
3/10
4/14

10:00～11:30

【申】不要

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。

【日時】3/5.12.26(水)
4/2.9.23 (水)

13:00～15:30

【申】初回のみ事前に TEL にて申込

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「さくらはなあんぱん」です。パンがなくなり次第販売終了です。

【日時】3/7.14.21.28
4/4.11.18.25
毎週金曜日
11:30～13:00

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。

【日時】第 3 金曜日
3/21
4/18

14:00～15:00

【申】事前に TEL にて予約

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。

【日時】3/5.12.19.26
4/2.9.16.23.30
毎週水曜日
10:30～14:00

アート工房クローバー

障がい者施設「アート工房クローバー」による月に一度冷凍ケーキをおすすめは「いちごのムースケーキ」です。

【日時】3/27
4/24
第 4 木曜日
11:00～15:00

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。

【日時】第 2 月曜日
3/10
4/14

14:00～16:00

【費】300 円

【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。

【日時】第 2.4 金曜日
3/14.28
4/11.25

15:00～17:00

【申】当日受付可

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。

【日時】第 3 水曜日
3/19
4/16

13:30～15:30

【申】初回のみ事前に TEL にて申込

3/17(月)4/21 (月) は休館日です。

※デイサービスのみ営業となり、相談や貸館などはお休みとなります。

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



あなたのまちの活動紹介「渡戸ほっこりサロン」
3・4 月のイベント情報



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 7 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。





東永谷にある渡戸自治会で令和6年10月に新しく立ち上がった「渡戸ほっこりサロン」について紹介します。立ち上がりまでの経緯から活動の様子、また参加している方たちの声も紹介します。お近くにお住まいの方は、“ほっこり”しにぜひ参加してみてください。

立ち上がった経緯

渡戸自治会は約1,800世帯もある大きな自治会で、ほとんどが住宅街で自治会館以外に集まれる場所がほとんどありません。そこで、「居場所があったらいいな」という声に答えるべく、自治会のメンバー、ボランティアを中心にサロンが立ち上がりました。

開催に向けて、ボランティアが集まり、アイデアを出し合いました。また、このサロンの目的もみんなで話し合っていて決めて、「友だちづくり」になりました。

活動の様子

サロンでは、お茶やコーヒーを飲みながら、参加者同士がおしゃべりを楽しんでいます。サロンに参加することで、友人と久しぶりに会えたり、新しいつながりもできています。

その他には、折り紙が得意な方が折り紙の見本を作ってきてみんなで作成したり、体操の講座を受けた方は、みなさんの前で見本になって体操をしたり、コーヒーを淹れるのが得意な方はコーヒーを淹れてくださったり、特技などを持ち寄って、楽しめます。

【活動の概要】

日時：毎月第3木曜日

13:00～15:00

場所：渡戸自治会館

(東永谷 1-29-14)

対象：どなたでも

参加費：無料



渡戸自治会大嶋会長



思い…今までの活動だけでなく、地域に住む方たちの絆を深めるためにサロンを立ち上げました。全世代型のサロンで乳幼児からお年寄りまで、色々な人に参加してもらいたいです。サロンで知り合って、外で会った時もありさつができるような関係ができると良いなと思っています。

これから…子どもや若い方の参加を待ってます！これから形を変えて、子どもたちも楽しめるような内容を考えていきます。

3月の渡戸ほっこりサロンは3月20日「春分の日」
子ども向けの内容も考えてます！親子でぜひ遊びましょう！

ボランティアの声

集まる場が大事だと感じています。自分がいつか年を取った時に参加できる場所があると良いなと思っています。

みんなが楽しんでいます。こんな活動がもっともっと広がるといいなと思います。



▲ボランティアの皆さんが率先して、ゲームの進行をしたり、体操の見本になっています。

参加者の声

普段できないことを、人が集まる
という形でできて楽しいです！

うちにいるとテレビばかりになってしまう
ので、出かけるきっかけになりました！

とてもほっこりしました♪

色々な年代の方が集まり、楽しくおしゃべりしたり、折り紙を教え
てもらいながら、とても良かったです。

新しい友だちができて、楽しい時間を過ご
せています。



◀折り紙
季節に合わせた作品を作ります。
12月はサンタクロース（左）、
1月はコマ（右）。
参加者同士で教え合
って、作品を作り上
げます。



人形劇（左）▶
ゲストを招き、
人形劇を披露し
ていただきました。

歌（右）▶
サロンの最後
には、毎回歌を
みんなで歌いま
す。



◀体も動かし
座ってばかりだと疲
れてしまうので、お
手玉ポッチャをし
たり、体操の時間
もあります。
「体操するとスッ
キリする～」とい
う声も。



▲渡戸ほっこりサロンの皆さん



▲男性の参加者の方たちがメッセージを書いてくださいました



このような居場所が地域にあると、参加者同士の交流ができ、元気に過ごすことができます。それは年齢も関係ありません。また、サロンで出会った参加者同士がつながることができる、普段地域であった時に挨拶ができる関係になり、サロンのときだけでなく、日頃から孤独を感じずに元気に過ごすことができるのではないのでしょうか？

東永谷地域ケアプラザでは、このような活動の応援をしています。「居場所に参加したい」「こんな居場所があったらいいな」「ボランティアしてみたいな」などありましたら、気軽にお問い合わせください。TEL:826-1097