

2月開催の事業



子どもの居場所
日 時：毎週火曜日
15:30~17:00
場 所：上白根地域ケアプラザ
勉強したあとには楽しい遊び時間
とおやつがあります。
※参加には登録が必要です。

ぷらざ・かふえ・ゆるり
日 時：2月11日（火）
13:00~15:00
場 所：上白根地域ケアプラザ
持 物：上履き 
参加費：100円
※どなたでも参加できます。

転ばん体操
日 時：2月12日（水）
①9:30~10:30
②10:40~11:40
場 所：上白根地域ケアプラザ
持ち物：上履き・タオル・飲み物
※事前のお申し込みが必要です。
※参加費がかかります。

GO!GO!健康活動講座
『食べて元気！
いつまでも元気なからだ作り』
日 時：2月14日（金）
9:30~11:30
場 所：上白根ケアプラザ
持ち物：上履き・飲み物・タオル
※事前のお申し込みが必要です。

お茶のみサロン
『大正琴』 
日 時：2月15日（土）
13:30~15:00
場 所：上白根地域ケアプラザ
持ち物：上履き
※事前のお申し込みが必要です。

GO!GO!活+（プラス）
『体操と脳トレ』
日 時：2月18日（火）
10:30~11:30
場 所：上白根ケアプラザ
持ち物：上履き・飲み物・タオル
※事前のお申し込みが必要です。

白根学園『麦の丘』パン販売
日 時：2月21日（金）
11:30~12:30
場 所：上白根地域ケアプラザ
※売り切れ次第終了します。


教えてグランマ
日 時：2月26日（水）
10:00~12:00
場 所：上白根コミュニティハウス
持ち物：上履き・制作に必要な材料
※事前のお申し込みが必要です。


脳トレ！
大人のそろばん教室
日 時：2月28日（金）
10:00~12:00
場 所：上白根地域ケアプラザ
持ち物：筆記用具・上履き・
そろばん（あれば）
※事前のお申し込みが必要です。


各事業のお申込み・問合せ

電 話:045-951-3967

メール:kamishirane@yokohamashakyo.jp

★各事業の参加お申込・問合せは、上白根地域ケアプラザまでご連絡ください。
【※ご提供いただいた個人情報、本プラザ該当事業のみに利用し、御本人の同意なく第三者へのご提供等目的に
使用することはありません。】

交通のお知らせ

相鉄線「鶴ヶ峰駅」より
バスで約10分
〇バスターミナル6番乗り場から
神奈中バス『今宿ハイツ循環
グリーンヒル上白根』バス停前
〇バスターミナル7番乗り場から
【中山駅/西ひかりが丘団地】行き
「辻」バス停下車。徒歩5分。信号
すぐ左、稲荷神社の坂上り、一つめ
の信号すぐ

2025年1月26日発行

発 行 横浜市上白根地域ケアプラザ
旭区上白根町112
責任者 所長 柴崎 浩志
電 話 045-951-3967
FAX 045-951-3971
E-mail kamishirane@yokohamashakyo.jp
URL <https://www.yokohamashakyo.jp/kamishirane/>



上白根地域ケアプラザ新聞

2025年1月26日発行

あさがおつうしん 2月号

第74回 生活支援コーディネーター地域活動探検記

白根小学校4年2組の「お助け標語」発信中！ ～旭北地球お助け隊との共同取組～

旭北地球お助け隊は、「将来を担う子どもたちにどのような地球を残せるか」を
テーマに、環境に関する啓発や廃食油の回収、清掃活動、広報紙『地球への想い』
の発行などの取組を行っています。

白根小学校4年2組の 総合的な学習の時間 にて、子どもたちが
「環境問題」に関心を持ち、9月26日に旭北地球お助け隊と交流の場
が設けられました。旭北地球お助け隊から、活動紹介や活動を通して
感じていること、これからの活動についてお話を聞きました。



一緒に何かできないかと話し合い、地域への啓発として毎月発行している「お助け標語」を子
どもたちが考えてくれました。たくさんの標語を作ってくれて、4年生が卒業するまでの2年間、毎
月子どもたち作成の標語が掲示されます。現在は、広報紙を作成中で2月中に発行予定になっ
ています。毎月のお助け標語や回覧される地球お助け隊の広報紙をぜひご覧ください。

一人ひとりが自分事として考え、できることから始めることでやがて大きな力となります。地
域のみんなで安心して暮らし続けられる旭北地区をつくっていきましょう。

11月発行



作成 白根小学校4年2組
旭北地球お助け隊

12月発行



作成 白根小学校4年2組
旭北地球お助け隊

1月発行



作成 白根小学校4年2組
旭北地球お助け隊

パパとママのための手作り教室

教えて！グランマ！！

今年も、上白根地域ケアプラザで活動している『手作りボランティア』さんが入園・入学に備えたグッズ作りをお手伝いします。学校や幼稚園、保育園で使う、世界に一つの手作りグッズを一緒に作りませんか？お裁縫に関する質問やご相談でも構いません。お気軽にお申し込みください。

開催日時：令和7年2月26日（水）13:00～16:00
令和7年3月 5日（水）13:00～16:00
令和7年3月12日（水）13:00～16:00

各回3名定員

参加
無料



申込用二次元コード

会場：上白根地域ケアプラザ ボランティアルーム

申込：窓口、電話 または 二次元コードにて

持ち物：制作に必要な布・材料、上履き

※予約申込制で先着順となりますが、1回で完成できなかった場合は、次回参加もOKです。

お知らせ かみしらね文庫 に新しい本が加わっています！

上白根地域ケアプラザでは、エントランスを入ったところに本棚（ラック）を設けて、本の貸出しを行っています。

一度の貸出は、期間2週間、お一人様2冊までです。

毎年、図書館資料再活用取組で、新たな本を追加し、小説や児童書、趣味の本など、常時150冊程をご用意しております。本棚は定期的に本を入れ替え、今年度新たに加わった本も並んでいますので、みなさまぜひご活用ください。

※初めての方は、図書カードを発行しますので窓口にお声かけください。



募集 GO！GO！健康活動講座（ごごかつ）

気になりだした時が始め時！様々な内容で、イキイキ過ごすためのヒントが得られる講座の「ごごかつ」今年度最終回です。一人では何かを始めにくくても、誰かと一緒ならば始められる。そんな一歩を踏み出す連続講座が「ごごかつ」です。

第10回 3/14（金）

10:00～11:30



『葬儀あれこれ ～今、聞いておきたい葬儀のお話～』

厚生労働省認定 葬祭ディレクター技能審査1級葬祭ディレクター 三上 真弥 氏

申込み受付開始：2月14日（金）11:30～（前回実施講座終了後より受付）



定員：先着25名程度

会場：上白根地域ケアプラザ 多目的ホール

持ち物：上履き、タオル、お飲み物

受付：申込日に電話か窓口まで

「もの忘れ＆健康相談」



日時：2月4日（火）・18日（火） 13:30～14:30

3月4日（火）・11日（火）（日程は変更になることもあります）

医師：橋場 友則 先生

（はしば内科クリニック・旭区医師会所属）

【予約制】

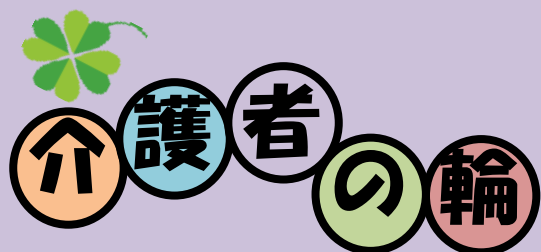
どなたでも相談できます。
お気軽にお申し込みください。



★2月の夜間閉館のお知らせ

7日（金）、14日（金）、21日（金）、25日（火）、28日（金）

夜間閉館となるため、18時以降のご利用はできません。よろしくお願いいたします。



毎月第一火曜日（第一火曜日が
祝日等の場合、第二火曜日）
13:30 から開催しています。



介護者の輪は、現在介護をしている方などを対象に、同じような経験をしている方同士で話をする場です。

また、毎回介護に関するミニ講話なども行っております。

介護に悩んでいる方、情報が欲しい方、話をしたい方は気軽にご連絡、ご参加ください。