



1 月開催の事業

子どもの居場所

要 登 録

日 時：毎週火曜日
15:30～17:00
場 所：上白根地域ケアプラザ
12月23日はクリスマス会を行います！

ぷらざ・かふえ・ゆりり

日 時：1月13日 (木)
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

要 申 込

日 時：1月14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

※参加費がかかります。

白根学園『麦の丘』パン販売

日 時：1月16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

上白根お楽しみサロン

要 申 込

楽しい習字
日 時：1月17日 (土)
13:30～15:00
場 所：上白根地域ケアプラザ
持ち物：飲み物、上履き、靴袋
※概ね65歳以上の方が参加できます。

脳トレ！ 大人のそろばん教室

要 申 込

日 時：1月23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)

1 月夜間閉館のお知らせ

1月の夜間閉館はありません。 月曜日～土曜日：21時閉館
日曜日：17時閉館
1月18日(日)：休館日

※職員が訪問等で外出していることがあります。介護や生活に関する困りごとを相談される場合は、事前にご予約いただくと待ち時間がなくスムーズにご案内できます。



各事業のお申込み・問合せ

電 話:045-951-3967

メール: kamishirane@yokohamashakyo.jp

※ご提供いただいた個人情報は、当プラザ該当事業のみに利用し、ご本人の同意なく第三者への提供等目的で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
○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
○バスターミナル7番乗り場から
相鉄バス【中山駅/西ひかりが丘団
地】「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12月28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12月28日発行

あさがおつうしん

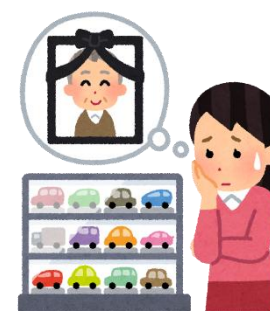
1月号

終活・相続 セミナー

終活、始めてみませんか？

司法書士の先生から、終活や相続について話をさせていただきます。

また、参加者にはエンディングノートを配布し、その活用方法についてもお話しいたします。



場 所：上白根地域ケアプラザ 多目的ホール

日 時：2月23日(月) 10:00～11:30

定 員：25名 (先着順)

1月19日(月) 10:00～申し込み開始

講 師：田中司法書士事務所 代表

田中 弘毅氏

費 用：無料 (当日は上履きをお持ちください。)



～お問い合わせ・お申込み先～

横浜市上白根地域ケアプラザ ☎045-951-3967 FAX045-951-3971

横浜市旭区上白根町112 グリーンヒル上白根7号棟



パパとママのための手作り教室 教えて！グランマ！！

新入園・入学準備の季節がやってきました。

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！お気軽にお申し込みください。

各回2名までの申込み制です。先着順にお申し込みをお受けしますので、お申込み多数の場合にはケアプラザよりご連絡差し上げます。

なお、制作に必要な布、材料はご持参ください。

申込用二次元コード



開催日時：令和8年2月25日（水）13:00～16:00

令和8年3月 4日（水）13:00～16:00

令和8年3月11日（水）13:00～16:00

会 場：上白根地域ケアプラザ ボランティアルーム

定 員：各回2名ずつ（※保育はありません）

参加
無料



花壇の植え替えをしました！

ケアプラザの入り口にある花壇は、農園ボランティアの皆さんが定期的に花の植え替えをしてくれています。

11月末に新しい花の植え替えが終わり、色鮮やかな花が咲いています。ご来館の際にはぜひごらんください。



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。

開催予定日： 1月6日（火）

女声合唱団「結」 クリスマスコンサート



12月15日（月）、一足早くクリスマスの雰囲気を楽しもうと、女声合唱団「結」の皆さんがデイサービスでクリスマスコンサートを開催しました。

毎年このコンサートを心待ちにしている方も多く、お馴染みの曲が始まると、利用者の皆さんは手拍子をしたり一緒に口ずさんだりと、思い思いにコンサートを楽しんでいました。

これからも皆さんがデイサービスで季節を感じながら楽しく過ごせるよう、様々なイベントを企画していきます。



「コスモス」と保育園児 交流会を実施

上白根地域ケアプラザで活動している折り紙サークル『コスモス』の皆さんが、土と愛子どもの家保育所の年長さんを招待し、交流会を実施しました。

折り紙を2枚使って作るサンタクロースと、来年の干支である馬を作成しました。この馬は、しっぽの部分を上へ跳ね上げると、一回転して着地します。子どもたちは熱心に説明を聞きながら、完成した馬を早速跳ね上げては歓声をあげて楽しんでいました。『コスモス』の皆さんからも、子どもたちと活動できて楽しかったとの声をいただきました。



「もの忘れ&健康相談」



日時：1月 6日（火） ・ 13日（火）

2月 3日（火） ・ 10日（火）

13:30～14:30

（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。

