



新年のごあいさつ

今年の”干支”は「丙午」。

「丙」は陽の意味を持ち、太陽のように明るく、力強く、行動的な意味を持っています。

「午」も動物の馬の意味も持ち、火の性質に属します。

今年はエネルギーに満ち溢れたスピード感のある年と言われています。

この一年、皆様がこの地域で安心して過ごすことができるよう、

私たちが情熱を持ちながら迅速にサポートしていきたいと思えます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。



健康フェスタ～みんなで楽しく健康フェスタ！レッツ フレイル予防！～

12月9日に麦田地域ケアプラザで健康にかかわるフェスタを開催しました。体力測定ブースと4つの企業のブースを作り、咀嚼力や宅配弁当、ハンドケア、血管年齢など盛りだくさんの内容でした。今年初開催でしたが、想定以上の来場があり、大盛況に終わりました。ご参加いただきましたみなさま、ありがとうございました★★★





わたしのまちはこんなまち☆サブコが聞いてみた



～西之谷睦町内会編～

町内会主催のもちつき大会と BBQ&花火大会は毎年小中学生や親子連れで賑わう一大行事！！また、地域のサポーターさんたちによる、見守り活動も活発に行われています！！

西之谷睦町内会長
田中伸一 会長

テニス歴16年
運動不足で始めたテニス、ジムにも通い、とてもアクティブな会長です！
実は、、、中国語堪能！台湾で働いていた経験から中国語を話すことができるそうです！いつか教えてもらいたいです！



会長のおすすめスポット！！
実際に会長に案内していただきました！



西之谷の坂をのぼりきったところを振り返るとそこには市内を一望できる絶景が！！
右側にはランドマークタワーも見えます！

百段階段
ここは昔、牧場がありましたが、現在はとても長い階段になっています。見るだけで傾斜がきついことがわかります、、、

～インタビューを終えた感想～

会長のおすすめスポット巡りは、わたしには新しい発見でした。
初めての自転車散策だったので、急な坂、緩やかで長い坂・・・とにかく『坂・坂・坂！』と驚きましたが(笑)、そこからの眺めはとても心地良かったです。
風は強かったけど、晴天冬晴！たのしい時間でした♪ サブコ いぎき

次回は上野町南部町内会を巡ります



12/13 ふらっと麦田ストリートコンサート

今年も演者と観客一体となって、楽しい時間を作ることができました！
ご協力いただきました皆様ありがとうございました！



地域交流 Co 横地のひとこと

(今年からコーナーを作りました！)



お正月といえば、初詣やおせち、駅伝などたくさんありますが、私は大好きなお雑煮が思い浮かびます。私の地元である島根県の隠岐の島ではゆでた餅に岩のりをのせて醤油のお出汁をかけて食べますが、みなさんのお家はどんなお雑煮ですか？ケアプラザにいらっしゃったときにぜひ教えてください！

第二回医療講演会

テーマ「貧血について」

「貧血ってどんな病気？」

「何に気を付けたらいいの」など

先生が分かりやすく説明します！

日時：令和8年2月12日(木)10:30~12:00

会場：麦田地域ケアプラザ

持ち物：筆記用具・飲み物

参加費：無料

講師：石川クリニック院長 石川 雅健先生

令和7年度末特別サロン

～みんなで歌おう～昭和歌謡会！

昭和の歴史とともに当時流行した歌謡曲を振り返り、みんなで歌う会です！

日時：令和8年3月18日(水)

13:30~15:00

場所：麦田地域ケアプラザ 多目的ホール

対象：中区在住の方 定員：25名

参加費：無料

講師：浜崎 克俊氏

体操講座

① 2月11日(水) ストレッチ体操

講師：小原 桂子先生

② 3月11日(水) 健康体操・コグニサイズ

講師：成田 慎一先生

いずれも10:00~11:30となります！

参加費：無料



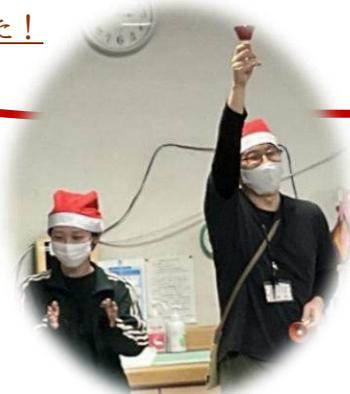
お申込み・お問い合わせは

麦田地域ケアプラザ

Tel 664-6023 まで！！



デイサービスでは、冬至に合わせてゆず湯を開催しました。利用者の皆さんに楽しんでいただきました！ご協力いただきました皆様、ありがとうございました！



デイサービス クリスマス週間！12/19~24毎日開催！

デイサービス職員によるジングルベル演奏会！

一生懸命練習を重ねた成果を利用者の方に披露し、楽しんでいただきました！

令和8年2月



日	月	火	水	木	金	土
1	2 10:00~12:00 ♥ぶつくりんこ	3	4	5	6 10:00~11:15 ♥赤ちゃん学級	7
8	9 10:00~12:00 ♥ぶつくりんこ 13:30~15:00 ★月曜喫茶室	10	11 建国記念の日 10:00~11:30 きらめき健康体操 13:00~15:00 ●はなことば	12 10:30~12:00 医療講演会 13:00~15:00 ★ふれあいサロン	13	14
15 休館日	16 10:00~12:00 ♥ぶつくりんこ	17	18	19 13:00~14:30 ★麦麦ハッピークラブ	20	21
22	23 天皇誕生日 13:30~15:00 ★月曜喫茶室	24	25 10:00~12:00 ♥子育てサロン 11:00~14:00 ボレボレマルシェ 13:00~●はなことば	26	27 18:00~20:00 ◆クラブQ	28
1	2	3	4	5	6	

令和8年3月



日	月	火	水	木	金	土
1	2 10:00~12:00 ♥ぶつくりんこ	3 	4	5	6 10:00~11:15 ♥赤ちゃん学級	7
8	9 10:00~12:00 ♥ぶつくりんこ 13:30~15:00 ★月曜喫茶室	10	11 10:00~11:30 きらめき健康体操 13:00~15:00 ●はなことば	12 9:00~11:30 ★ふれあいサロン	13	14
15 休館日	16 10:00~12:00 ♥ぶつくりんこ	17	18	19 13:00~14:30 ★麦麦ハッピークラブ	20 春分の日	21
22	23 10:00~12:00 ♥ぶつくりんこ 13:30~15:00 ★月曜喫茶室	24	25 10:00~12:00 ♥子育てサロン 11:00~14:00 ボレボレマルシェ 13:00~●はなことば	26 13:30~15:00 家族のつどい	27 18:00~20:00 ◆クラブQ	28
29	30 10:00~12:00 ♥ぶつくりんこ	31	1	2	3	

横浜市麦田地域ケアプラザ

〒231-0849 横浜市中区麦田町 1-26-2

代表 TEL : 045 (664) 6023

相談専用 : 045 (664) 6024

F A X : 045 (664) 6075

Eメール:mugita@yokohamashakyo.jp

発行責任者: 所長 鈴木 知美

HP



JR→「石川町」駅より徒歩 10分
バス→「麦田町」バス停すぐ

21・101・105・106 系統

