



# はぁとらんど

令和7年10月1日 第183号

発行(年6回発行)  
横浜市並木地域ケアプラザ  
金沢区富岡東2-5-31  
TEL 775-0707  
FAX 775-0877  
発行責任者 所長 松橋 暁

## ふれあいハウスフェスタ

11月22日(土) 10:30~13:30

会場：並木地域ケアプラザ・地域活動ホームシーサイド  
みなさまのご来場を心よりお待ちしております！



雨天  
決行

### 出店一覧



### ゲームコーナー

「縫いぬいの会」製品販売コーナー  
縁日(スーパーボールすくい・射的)  
お菓子プレゼント



金沢区幸せお届け大使「ぼたんちゃん」

ぼたんちゃんに  
会えるよ！

## 悠遊なごみサロン

### たのしいやさしいヨガ講座

10月21日(火)  
13:30~15:30



講師：和みのヨーガ 長瀬明子 先生  
場所：並木地域ケアプラザ 2階  
対象：おおむね65歳以上の方  
飲物代：100円/回(おかわり自由)  
持ち物：上ばき(動きやすいもの)  
定員：10名(先着)  
申込み：10月6日(月)10:00より受付開始  
窓口または電話にて受付

歌や音読も楽しみましょう！

担当：向山

## \*\*\*終活から始める\*\*\*

### ライフプランセミナー

~チェックシートで確認！  
あなたの人生計画~

12月2日(火)  
10:00~11:30

合同会社

講師：L&Fパートナーズ 向井一浩 氏  
場所：並木地域ケアプラザ 2階  
参加費：無料 持ち物：なし  
定員：20名(先着)  
申込み：10月20日(月)9:30より受付開始  
窓口または電話にて受付

担当：岡田

【お問い合わせ・お申込み】

並木地域ケアプラザ

TEL:045-775-0707

メールアドレス: namiki@yokohamashakyo.jp

令和7年度 医療講演会



# 気胸

## ～ある日突然、肺がパンクする?!～

＊ ＊ 気胸について学びます ＊ ＊



10月27日(月) 14:00～15:00

講師：国家公務員共済組合連合会

横浜南共済病院

呼吸器外科部長

大沢宏至 氏



参加費  
無料

場所：富岡ふれあいハウス（富岡西2丁目）

※駐車場はありません。お車での来場はご遠慮ください。

申込み・問合せ：並木地域ケアプラザ 775-0707 富岡地域ケアプラザ 771-2301

共催：富岡第一地区社会福祉協議会 並木地域ケアプラザ 富岡地域ケアプラザ



新企画

### 並木1丁目第三住宅 「Cafe80」 スマホに慣れよう!～ LINEの使い方編 ～

10月22日(水)  
13:30～15:00

申込み  
不要!

コーヒースタンドの合間に、LINEの  
ちょっとした困りごとを解決します!

場所：並木一丁目第三住宅第二集会所

飲物代：100円/回 スマホの相談は無料です! 担当:向山



## 子育てサロンなみき

毎月第3火曜日 10:30～12:00

並木地域ケアプラザ 2階

乳幼児親子の集うフリースペースです。  
近隣の親子同士おしゃべりしたり、情報  
交換したり、ゆっくり過ごしませんか。

10月21日 ハロウィン 手形足形色紙づくり

11月18日 マジックショー(予定)

12月16日 ミニクリスマス会 ツリーづくり



## 並木地域ケアプラザ 職員募集中!



私たちといっしょに、

ご利用者さまのサポートをしませんか?

★募集中の職種★

テイサービス

① 介護職員(週1回～OK)

② 運転員(週1回～OK)

詳細は右記QRコード読み取り または  
お電話にてお問い合わせください。



この広報紙に掲載された講座等の応募・問い合わせにより収集した個人情報は、当ケアプラザからの案内等の送付・連絡のために使用し、目的の外に使用することはありません。



お問い合わせは・・・  
横浜市並木地域ケアプラザ  
金沢区富岡東2-5-31

TEL:775-0707 FAX:775-0877