

8月号

令和7年

しのはらのはら

S H I N O H A R A N O H A R A



GOGO健康！教室

無料

元気な体をつくろう！

場所

末日聖徒イエス・キリスト教会
(横浜市港北区篠原西町6-28)

9/25 (木)

10:00~12:00

第一弾！

運動・ストレッチ

10/9 (木)

10:00~12:00

第二弾！

運動・ストレッチ

10/23 (木)

10:00~12:15

栄養について
フレイルって何？

10/30 (木)

10:00~12:15

口腔ケアについて
正しい歩き方

申込

8/20 (水) より受付開始 (電話・来所)

詳細はチラシを
ご覧ください！

認知症キャラバンメイト

オレンジ♡しのはら × 篠原地区センター × 篠原地域ケアプラザ



認知症サポーター養成講座

日時

9/28 (日)

10:00~11:30

場所

篠原地区センター

3階中会議室

定員

15名 (先着順)

参加費

無料

申込

8/25(月)より受付開始 (電話・来所)



ゆうあいクリニック片山先生による 健康相談会

無料

8/19 (火) ① 15:30~16:00 1名

場所 篠原地域ケアプラザ

② 16:00~16:30 1名

申込 電話・来所

申込・問合せ: 横浜市篠原地域ケアプラザ 045-423-1230



押し花クラブ

8/28(木) 10:00~11:30

参加費
500円

場所：篠原地域ケアプラザ 多目的ホール

内容：ボールペン・はがき作成

定員：先着 10名 (お子さんのみの申し込みはご遠慮ください)

申込：来館・電話にて (8/1~)



講師：二瓶紀子氏



8月

ケアプラザ自主・共催
事業と講座のみ掲載です

日	月	火	水	木	金	土
	下線部ありは要予約				1	2 コーヒーフレンド
3	4	5 しのはら相談室	6	7 りんどうの会	8	9 しのはら相談室
10	11	12 らっこ	13	14	15	16
17	18 休館日	19 健康相談会 しのはら相談室	20	21	22 りんどうの会	23
24 パパのはら とも・とも篠原	25	26 らっこ	27	28 押し花クラブ	29	30 しのはら相談室 31

★【講座】押し花クラブ 500円/人 10:00~11:30

【相談会】健康相談会 無料 15:30~

【高齢者】一服亭 8月休会

【高齢者】りんどうの会 500円/回 10:30~

・パパのはら フリースペース 9:00~

・らっこ (プレイルーム) 10:00~

・とも・とも篠原 100円/人 13:00~

・SOW (保護者の集い) 300円/人 13:00~

申込・問合せ：横浜市篠原地域ケアプラザ 045-423-1230

社会福祉法人横浜市社会福祉協議会

横浜市篠原地域ケアプラザ

〒222-0022 港北区篠原東2-15-27

TEL 045-423-1230

FAX 045-423-1257

休館日 第3月曜日 (祝日の場合は翌日)

年末年始 (12/29~1/3)

介護などの
相談は...

イベント・講座や
休館日などの情報

TEL : 045-423-1270

平日 9:00-18:00 日祝 9:00-17:00

ホームページ



<https://www.yokohamashakyo.jp/shinohara/>

ブログ



<http://shinohara.cp.sblo.jp/>

【発行責任者】 所長 笹原 一美