

12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



港北区版エンディングノート

全2回講座

わた史ノート 書き方と活用法

令和8年 1月17日 土

「わた史ノートの書き方と
活用法について」

【講師】弁護士



参加者の皆様へ
港北区版エンディングノート
「わた史ノート」をプレゼント

【時間】10:00～11:30 【参加費】無料

【場所】篠原地域ケアプラザ 2階多目的ホール

【定員】先着24名（定員になり次第締め切り）

【申込】令和7年12月16日(火)開始 電話または来所にて

これからの住まい と備え

令和8年 1月24日 土

「住まいの選び方と
法的サポートについて」

【講師】老人ホーム紹介センター相談員
弁護士 ※講座後半には質問コーナーがあります

医療講演会

無料

「認知症について」

12/16 (火)

15:30～16:30

場所 篠原地域ケアプラザ
2階多目的ホール

講師 ゆうあいクリニック
片山 敦 医師

対象 どなたでも！お気軽にご参加下さい

申込 電話または来所にて



パパのはら

『多言語で遊ぼう♪クリスマス会』

12/21(日) 10:30～11:30

手遊び歌やダンスを
世界のことばバージョンで
一緒に楽しみましょう♪



募集 8組

申込→
11/4～12/12



協力：ヒップファミリークラブ港北【港北区まちの先生】

『0歳～1歳の救急時の対応法』

1/25(日) 10:30～11:30

募集 10組
講師 野口 拓海 所長

(横浜市消防局 篠原消防出張所)

申込→
12/1～1/15



対象:0歳～2歳のお子さんとパパ 参加費:無料

申込・問合せ:横浜市篠原地域ケアプラザ 045-423-1230



宿題も
できるよ♪

しのはら習字プラザ

12/26 (金)

10:00~11:30

場所 仲手原自治会館

お子さんから大人までどなたでもお気軽にご参加ください

持ち物・習字セット・新聞紙(持ち帰り用)

講師

熊倉 玲華 師範

・手本と清書の紙(お子さんのみ)

申込

お電話または来所にてお申込みください

健康

12月

ケアプラザ自主事業と共催事業のみ掲載です

日	月	火	水	木	金	土
	1 しのはらランド (公園あそび)	2 しのはら相談室	3 一服亭	4 りんどうの会	5	6 コーヒーフレンド
7 SOW	8	9 らっこ(サロン) しのはら相談室	10 一服亭	11 しのはらランド (クリスマス会)	12 しのはらポール ウォーキング @篠原地区会館	13 親子学級ふれんど しのはら相談室
14 子育てサロンらっこ (クリスマス会) しのはらクラブ	15 休館日はご利用 いただけません	16 医療講演会	17 一服亭	18	19	20 コーヒーフレンド しのはら相談室
21 パパのはら とも・とも篠原	22	23 らっこ(サロン)	24	25	26 りんどうの会 しのはら習字プラザ @仲手原自治会館	27
28	12/29~R8.1/3 ✧ 年末年始はお休みとなります ✧ 年始は1/4(日)からです				下線部ありは要予約	

【高齢者】一服亭 100円/回

13:30~

・らっこ サロン

10:00~

【高齢者】りんどうの会500円/回【初回要予約】10:30~

・らっこ クリスマス会 ①10:00~②11:00~

【父親育児支援】パパのはら 10:30~

・しのはらランド 公園あそび

10:30~

【講座】医療講演会

10:30~

・しのはらランド クリスマス会

10:15~

【講座】しのはら習字プラザ 100円 10:00~

・とも・とも篠原 100円/人

13:00~

・しのはら相談室

13:30~

・SOW(保護者の集い) 300円/人 13:00~

・コーヒーふれんど

10:00~

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/>

yokohamashakyo.jp/shinohara/



shinohara.cp.sblo.jp/

【発行責任者】 所長 笹原 一美