

横浜市鴨志田地域ケアプラザ

令和6年4月 第261号

社会福祉法人 ふじ寿か会
横浜市鴨志田地域ケアプラザ

青葉区鴨志田町547-3
TEL 045-961-6911
FAX 045-960-6011

講座の申込は全て電話か窓口迄
☎ (961) 6911

4月鴨めーる

ボランティアさんの点てた抹茶と美味しい和菓子でお話ししませんか？

鴨のお茶の間

開催日時: 4月5日(金)

概ね毎月第1金曜日 午後1時半~3時

一人暮らしの方や

子育て中の方も気軽に
お立ち寄りください。

茶道の先生をお招きして、お茶会を開催しています。

お抹茶を頂きながら、先生や参加者の方々と楽しいひと時を過ごしませんか？

椅子に座って気軽に楽しめるお茶会です！

皆様のご参加をお待ちしています。

参加費: おひとり200円(お茶とお菓子代)

持ち物: 筆記用具・上履き・下履き入れ



協力医による ＜無料＞健康相談

先生による「健康相談」を毎月無料で行っております。
診察はできませんが、健康・体調に関する相談ができます。

当ケアプラザの協力医は
村上嘉明先生です



開催日時: 4月2日・16日(火) (日程要確認)

概ね毎月2回火曜日に開催 午後1時半~2時半の間

※予約制です。相談の対応人数は1回につき概ね2名です。

歴史さんぽを楽しむ会

長年、歴史探求を続けているナビゲーターの案内で
歴史的背景のあるコースを選びながら、散歩を楽しみます。

年度初めは座学と意見交換会 → 開催日時: 4月12日(金) 10時~11時半

次回の野外活動日は(概ね第2金曜日) 6月14日(金) / 川崎方面「橘樹郡衙跡を訪ねて」

※“さんぽ”は概ね午後1時半出発 → 3時解散が目安ですが行先によって

変更になる場合があります。予めご了承ください。 ※年間カレンダーはケアプラザにあります。

参加費は年1回4月に徴収します。途中入会の方も保険の関係で同額です。
/ 1,000円(1年間の保険料、資料代として)

※1回毎のウォーキングにかかる交通費、飲食代等は個人負担

定員: 20名(先着順) 持ち物: リュック・飲み物・タオル等ウォーキングの装備



園芸講座

テーマ: 夏野菜のつくり方

講師: 高橋佳晴氏

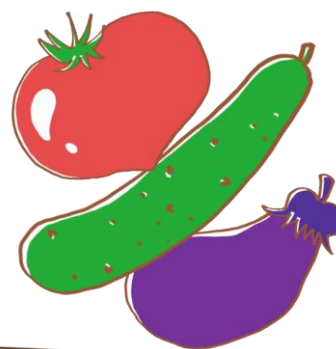
(自然観察指導員 ガーデンアドバイザー)

New! 開催日時: 4月26日(金) 午後1時半~3時半

参加費: おひとり500円(資料代含む、お土産付) 対象・定員: 18歳以上 先着20名

申込: 電話か窓口 ※定員になり次第メ切

持ち物: 筆記用具、ハンドタオル、上履きと外履き入れ、任意で水分補給用の飲み物



暮らしに役立つお話 「認知症による資産凍結の対策」

もし、「認知症」が原因で定期預金の解約・不動産売却などができなくなってしまったら...

開催日時: 5月11日(土)
午前10時~11時半

参加費 / 300円(資料代含む)


持ち物 / 筆記用具、上履きと外履き入れ 定員 / 先着10名

【令和6年4月の予定】 ●予定に変更が生じる場合がございます。
●来館時は上履き、外履き入れ、任意で飲料水などを持参してください。

講座申込・問合せ先：横浜市鴨志田地域ケアプラザ ☎(961)6911


ミニデイサービスひろがりサロン	1日	8日	22日	※内容や時間は要問合せ
親子のひろば かも☆ん	2日	16日		10:00~12:00
ほっこりんこ(子育て相談会場)	3.10.17.24日			※日程・時間共に区のHPを要確認
姿勢美人(体幹トレーニング)	3日	17日		15:15~16:15
鴨志田ノルディック	4日	20日		14:00~概ね16:00まで
 鴨のお茶の間	5日		※要予約	13:30~15:00
はまちゃん体操	5日	19日	※要予約	10:10~11:00
コグニョガ	9日			10:00~11:00
シルバーリハビリ体操	9日	23日		14:00~15:00
鴨志田ウォーキングクラブ	10日			※時間・コース要問合せ
かるがもクラブ(トーンチャイム)	14日	28日		10:00~11:30
鴨ちゃん健康クラブ	16日	※事前申込制 		
ぬりえサロン SAI	19日			13:00~15:00
あおば音楽遊びの会	20日			11:00~12:00
介護者のつどい	25日			13:30~15:00
困っていることや悩んでいること、介護保険制度のことなど。お気軽にお越しください。				
鴨の花のとも(生け花)	27日	※事前申込制		10:00~12:00

かもマチ食堂 【開催日時】4月7日(日)11:00~14:00 いっしょにカレーを食べましょう!

 【対象・定員】地域の方 先着30名 【参加費】小学生以下100円/中高生200円/大人300円
【申込み】電話か窓口で要予約 【持ち物】手拭き・マスク(活動で使います)が必要です。
他、参加費・水分補給用の飲み物・上履きと靴を入れる袋
注)「かもマチ食堂」に初めて参加する小学3年生までのお子様は保護者と一緒にご参加ください。

ジャズボーカル講座 【講師】黒田 ナオコ 氏 **男性も歓迎!生きがい・仲間づくりしませんか?**

ジャズのちょこっと知識講座、発声や発音などを含めた歌の練習をします。
曲例・・・枯葉、Fly me to the moon、Smile、Dream、All of me LOVE、テネシーワルツなど
長年愛され続けているスタンダードソングや映画音楽を数曲しあげること为目标にレッスンしています。

【開催日時】令和6年度の初回は5月14日(火)その後、6月11日、7月9日、※8月27日、
9月10日、10月8日、11月12日、12月10日(全8回火曜日)※印は通常の週とずれています。
概ね毎月第2火曜日15:30~17:00 ※途中参加応相談 
【対象・定員】18歳以上 先着10名 【参加費】全8回6,400円(資料代含む)
5月と9月に各3,200円ずつ集金致します 【持ち物】筆記用具、上履きと外履き入れ、飲料水

New! 懐かしの歌を唄う会 **New!** ボイストレーニング **New!** 小学生からの将棋講座

<p>ギタリストの演奏に合わせて 沢山歌いましょう! 4月19日(金)10:00~11:30 概ね毎月第3金曜日 開催! 【対象・定員】50歳以上 先着30名 【参加費】500円(お茶・資料代含む) 【持ち物】上履き・外履き入れ・水分補給用の飲み物</p>	<p>専門家を招いて、ボイストレーニングと数曲、歌曲を仕上げます。 3月28日(木)10:00~11:30 概ね毎月第4木曜日 開催! 【対象・定員】18歳以上 先着30名 【参加費】500円(資料代含む) 【持ち物】筆記用具・上履き・外履き入れ・水分補給用の飲み物</p>	<p>有段者を講師に迎え、小学生以上大人まで、初心者から経験者までご参加頂けます。詳細要問合せ。 4月8日・22日(月)15:30~17:00 概ね第2・4月曜日 開催! 【対象・定員】小学生以上 毎回先着12名 【参加費】毎回500円(資料代含む) 【持ち物】筆記用具・上履き・外履き入れ・水分補給用の飲み物</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

社会福祉法人 ふじ寿か会 横浜市鴨志田地域ケアプラザ (青葉区鴨志田町547-3)
TEL (045)961-6911 FAX (045)960-6011 HP <http://www.fujizuka.com/plaza/>