

12月 横浜市鴨志田地域ケアプラザ 鴨めーる

令和6年12月 第269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

鴨志田地域ケアプラザからの“お知らせ”



●年末年始の休館日は ☆☆☆☆☆☆
12月29日(日)から
令和7年1月3日(金)迄

福祉・保健に関するご相談窓口のご案内

月曜日から土曜日まで 9時～18時
日曜日、祝日、
休館日(第3月曜日) 9時～17時

※相談時間以外の時間帯は、相談専用
コールセンターに転送し、対応します。

☆☆☆☆☆☆ 相談電話は ※045(961)6912

年末年始の準備 包丁研ぎ講座

12月17日(火)開催

【時間】13:00～15:00

砥石を使って丁寧にレクチャーします。包丁も切れ味が抜群になります！

【参加費】1,000円(資料・道具代など含む)
雑巾、ご自身の包丁1本、上履きと外履き入れ

【持ち物】筆記用具、ハンドタオル、
【定員・対象】おとな 6名(先着順)



かもマチ食堂

みんなで集まって、クリスマス会をします。お待ちしております!!

【開催】12月12日(木) 【時間】15:30～17:00

【対象】どなたでもご参加できます※詳しくはお要問合せください。 【申込み】電話か窓口

【定員】先着15名 【持ち物】プレゼント交換用の品物(100円程度、ご自宅にある物)・水筒・
ハンカチ、上履き・靴を入れる袋

令和7年の開催予定日*****1月10日(金)、
2月2日(日) / カレーランチ、2月13日(木)、3月28日(金)

冬のコンサート

12月6日(金)開催

弦楽アンサンブルによるクリスマスコンサート

出演 シンフォニエッタ・トゥッティのみなさま
クラシック、歌謡曲など、参加の方々の馴染みの曲をお聴きください。

【時間】10:45～11:45

【演奏曲】アイネ・クライネ第1楽章、クリスマス曲他
【定員】先着40名 【参加費】小学生以上300円
【持ち物】上履きと外履き入れ

絵本コンサート

12月14日(土)開催

ゲストはボイストレーナーとして活躍中の飯塚道夫氏。弾き語りを楽しみましょう。絵本コンサートはにじいろポッケの読み語り多数、「にじいろ合唱隊」歌のプレゼントがございます。

「金色夜叉」の紙芝居、人形劇他・・・

【時間】13:30～15:00

【対象・定員】3歳位～高齢者まで 先着40名
※小学生以下保護者同伴小さいお子様連れも可
【参加費】100円(お菓子付)

水彩画を楽しむ会

12月7日(土)開催

【時間】9:30～11:30 【定員】先着10名
【対象】子どもからおとな迄 【申込み】電話か窓口
【参加費】300円(画材など含む)
【持ち物】デッサン用鉛筆(HB～2B黒)2～3本、
消しゴム、水彩絵の具セット(筆2～3本、筆洗い、
ぞうきん、上履き、外履き入れ)



NEW



小児救命救急講座

とっさの時に
役立つ手当て

講師:青葉消防署鴨志田消防出張所

12月3日(火)開催

参加費100円
(おやつ付)

【時間】10:00～11:30
【対象】未就園児とご家族、
お子様のボランティアに携わる地域の方
【定員】先着15組 【持ち物】要問合せ

【令和6年12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、任意で飲料水なども持参してください。

ミニデイサービスひろがりサロン	2日	9日	23日		※内容や時間は要問合せ
親子のひろば かも☆ん	3日	17日	※要予約		10:00~11:30
姿勢美人 (体幹トレーニング)	4日	18日			15:15~16:15
ほっこりんこ (子育て相談会場)	4日	11日	18日	25日	※区のHP参照・要確認
鴨志田ノルディック	5日	21日	14:00~概ね16:00まで		※時間変更の可能性あり。初回の方は要予約
はまちゃん体操	6日	20日	※予約不要		10:10~11:00
鴨のお茶の間	6日		※要予約		13:30~15:00
シルバーリハビリ体操	10日	24日			14:00~15:00
鴨志田ウォーキングクラブ	11日				※時間、場所要確認
あおば音楽遊びの会	21日				11:00~12:00 
鴨ちゃん健康クラブ	17日	※事前申込制			
ぬりえサロン SAI	20日				13:00~15:00
鴨の花のとも (正月用生け花)	26日	※事前申込制			13:00~16:00
介護者のつどい	12月休会 介護している方。介護をされた方。 次回は令和6年1月23日				13:30~15:00

あおばコミュニティテラス
後援

冬休み みんなの学習室

27日(金)は学習室と同日開催!
カラフルカフェ&ほしのこアロマ

1日目:12月27日(金) 10:00~12:00
2日目:令和7年1月5日(日) 10:00~12:00
参加無料 ※どちらか1日だけの参加も可です。
*フリーWi-Fiが使用できます

【定員・対象】小学1年生~6年生
各日30名ずつ(先着順)
【持ち物】筆記用具・水筒・ハンカチ・
上履きと外履き入れ・
取り組みたい教材(宿題やドリルなど)

12月27日(金)は学習室終了~14:30迄
【内容】ランチ(カレーライス)と
ほしのこアロマワークショップを開催!
参加費:500円(食材や材料費含む)

5日(日)は15時からカラフルカフェ
令和7年1月5日(日)は学習室終了~14:30迄
【内容】フリースペース。遊び道具持参可
※弁当持参で学習室から継続参加可

学生ボランティアさん同時募集

※事前オリエンテーション(欠席応相談)
12月22日(日) 13:00~15:00
【対象】中・高・大学生
【内容】小学生の学習支援と
レクリエーションの手伝い。
ボランティア証明書お出しします。



100歳まで元気に歩こう!

歩き方のコツと靴選び

講師:はまりハ訪問看護ステーション
理学療法士 荒井 綾佳 先生
【開催日時】12月12日(木)
13:30~14:45 **New!**
【対象・定員】18歳以上 先着20名
【参加費】一人400円(資料代含む)
【申込み】電話か窓口で事前予約制
【持ち物】脱げにくく歩きやすい室内履き
運動できる服装、ハンドタオル、
外履き入れ、水分補給用の飲料水

青葉区ヘルスマイト主催
桂台・柿の木台地区 ※内容要問合せ
「1日3食」栄養バランスよく食べる

参加費
無料

【開催日時】12月3日(火) 11:30~13:30
今回は「ポリ袋クッキング」で蒸し物料理を
紹介する予定です。お米も炊いて・・・
親子で試食しよう!栄養士さんも来るよ!

毛糸遊びの時間

アクリルたわしを作ろう クリスマスバージョン

自分の物を編みたい、
ボランティアでマフを編んでみたい方集まれ～！
編み物ボランティア同時募集中！

※材料の都合によりデザインや柄が多少変更になる場合がございます。予めご了承ください。

編み物をはじめませんか？12月はアクリルたわしに挑戦です！
おうちにある毛糸を持参するなど、自分の好きな毛糸で作りたいものに挑戦！わからないところは、当日ベテランのボランティアさんが優しく教えてくれます！子育てママからシニアの方まで、初心者・お子様連れ歓迎！

【開催日時】 **12月2日 (月)**
10:00～11:30



概ね毎月開催中！！ 月1回 第1月曜日開催 ※週、時間変更あり
令和7年の予定・・・1月休、2/3、3/3

【時間】 10:00～12:00

【参加費】 1回につき200円。

【材料・持ち物】 お手持ちの毛糸やテキスト持参でOK。作りたいものがあればボランティアさんと相談の上で材料を購入し、継続していきます。

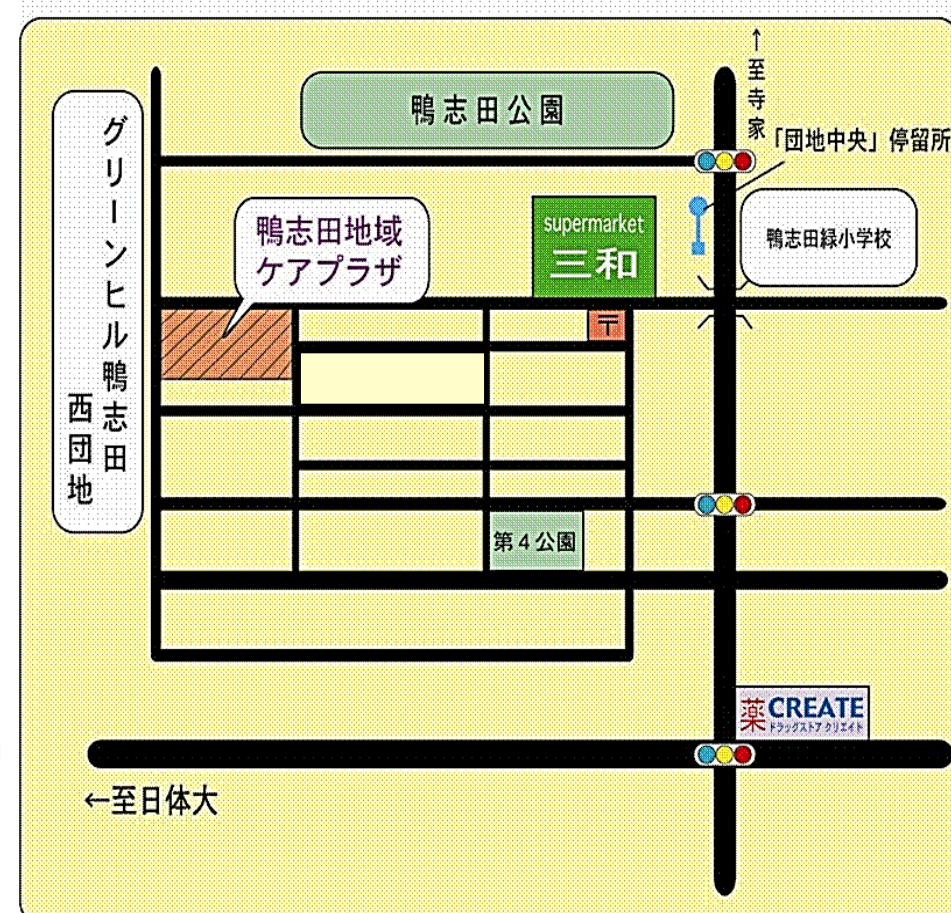
他、当日編むものに応じた編針、筆記用具、必要な方は老眼鏡

【定員】 毎回先着5名

【場所】 横浜市鴨志田地域ケアプラザ内

<お問い合わせ・お申し込み>

横浜市鴨志田地域ケアプラザ



TEL : 961-6911 (担当：地域活動交流)

お車での来所はご遠慮下さい