

かるがも通信

第103号

令和2年1月発行

社会福祉法人 恩賜財団 神奈川県済生会

横浜市六浦地域ケアプラザ

発行責任者: 所長 内藤 恵子

横浜市金沢区六浦5-20-2

本年も六浦地域ケアプラザをよろしく申し上げます！

2020年 新しい年を迎えました。

昨年も六浦地域ケアプラザ事業に多大なご支援をいただき、ありがとうございました。地域の皆様の安心安全と笑顔が私達の生きがいです。

昨今の気象状況も気になりますが、災害の無い、平和で穏やかな一年でありますよう祈りつつ、明るく楽しいケアプラザにしたいと思います。今年もよろしく願いいたします。

横浜市六浦地域ケアプラザ 所長 内藤恵子 ・ 職員一同



2020年に新しい事始めませんか？

リラックスYOGA

心と体のリラックスをしませんか？身体が硬い方や初めての方大歓迎！

2月6日(木)、3月12日(木)

10:30~11:30

場所: 六浦地域ケアプラザ

講師: ヨガ・インストラクター藤田麻里氏

参加費: 1回 500円

持ち物: 動きやすい服装と飲み物

申込: 来館またはお電話



チャレンジ陶芸

毎日使えるお気に入りの器が作れます。1回のみ参加もOK！

2月4日(火)、3月3日(火)

10:00~11:30

場所: 六浦地域ケアプラザ

講師: 街の先生 日高祐美子氏

参加費: 1回 1,500円

持ち物: エプロン

申込: 来館またはお電話



エステシティ湘南六浦 GoGo健康講座！

申込不要
無料

2月14日(金) 10:00~11:30

認知症予防運動&筋力アップ講座

動きやすい服装でお越しください

2月28日(金) 10:00~11:30

口腔ケア講座 ~健康は健口から~

開催場所: エステシティ湘南六浦
コミュニティセンター

持ち物: なし 参加費: 無料

対象: どなたでも参加できます



多世代交流カフェ

むうたんカフェ

2月10日(月)

13:30~15:00

13:20~受付開始 **先着順 定員70名**

どなたでもふらっと寄れる月1回開催のカフェ
演奏や発表も楽しめます♪

参加費: 100円(飲み物とお菓子付き)

場所: 六浦地域ケアプラザ 多目的ホール **むうたん**

3月9日(月) 出演: 晴嵐男声合唱団



出演: 弦楽奏
クラシックと童謡♪



子育てサロン ふあんふあん

無料!

月1回の未就園児親子の居場所
プラレール、おままごと、簡単工作などで
楽しくあそびましょう! ベビーちゃんも是非♥

★2月27日(木) ★3月26日(木)
10:00~11:30 10:00~11:30
おひなさま作り おたのしみ♥

2月と3月は
予約不要です!



認知症予防&介護予防のための
DVD貸出中!

横浜市が考案した筋トレ体操「ハマトレ」や運動
+認知症予防の「コグニサイズ」、認知症予防
ゲーム「スリーA」など各種揃っています。どれも
楽しく続けられるよう工夫されています。ご興味
のある方はぜひお声かけ下さい♪

担当:地域包括支援センター 地引



子連れYOGA、ベビーマッサージ

1月~3月はお休みです。
4~6月の講座をお楽しみに!



レゴブロック寄附のお願い

お家で眠っているレゴブロック、デュプロ
ブロック(レゴの2倍・幼児用)はありません
か? 寄附をお願いします。担当:地域交流



六浦ボランティアネットワーク

ボランティア募集中!

小さなお手伝いができるボランティアを派遣します
地域住民によるボランティア活動です!

- ・外出付添 ・通院付添 ・家事援助 ・話し相手
- ・子守りや見守り等2時間迄1人500円
(家の中は2人体制) その他、内容によって金額が
変わることがあります

活動時間:月曜日~金曜日9:00~16:00の2時間程度

六浦地域ケアプラザのデイサービス

いつでもご見学ができます。
車でお迎えに行きます。
お気軽にお問合せください。

月~土曜日
9:30~16:35
(送迎時間除く)



大きなお風呂(車椅子のまま湯船に入れます)で
ゆったり、美味しい手作り♥昼食に舌鼓。
楽しいイベントやレクリエーション、趣味の会も
あなたをお待ちしています。
まずは見学! 随時受け付けています。
お電話ください。(担当:岡田、神田)

六浦地域ケアプラザで
ボランティアをしませんか?

- ・小、中学生向け学習支援及び見守り
- ・デイサービス ・子育てサロンなど

横浜市民65歳以上の方でよこはまシニアボラン
ティアポイント登録研修会をご受講頂くと、活動時に
ポイントが付きまます。詳しくは地域交流・山田迄

六浦地域ケアプラザ 求人情報

地域の**人材**を求めています! **スタッフ
募集中!**

1. デイサービス介助員
(運転別途手当)
2. 運転手
(デイサービス高齢者送迎)



お気軽にお問合せください。採用係迄

大好評の正月御膳



楽しいレクやイベント



みんなの
ケアプラザ



【お問い合わせ・お申し込み】
横浜市六浦地域ケアプラザ

〒236-0031 金沢区六浦5-20-2

電話 **045-786-8801**

おかけ間違いにご注意ください

