

6月 横浜市鴨志田地域ケアプラザ

令和6年6月 第263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

鴨めーる

かもマチ食堂

ゲームや工作、自学習のスペースを用意しています。
年間予定の中にはカレーの日もありますよ!地域のボランティアさんと一緒に
楽しい時間をすごしましょう!

6月は「父の日プレゼント」企画です。

【次回】6月13日(木) 【時間】15:30~17:00

【会場】鴨志田地域ケアプラザ 【対象】小学生(年齢制限なし要問合せ)

【申込み】電話か窓口 【定員】先着15名

【持ち物】水筒・ハンカチ・上履き・靴を入れる袋

待ってるよ~!

みやつもあるよ!



参加費
無料

令和6年度 開催日

7月12日(金)、8月4日(日)☆カレーの日、9月13日(金)、
10月10日(木)・10月27日(日)ハロウィン、11月15日(金)、
12月12日(木)クリスマス会、令和7年1月10日(金)、2月2日(日)☆カレーの日・
2月13日(木)、3月28日(金)



ホカツの健康チェック

中里北部地区保健活動推進員会主催

地域の身近な拠点で健康チェック!

青葉区役所・

早期に気づいて、健康を意識することはとても大切です。鴨志田地域ケアプラザ 共催
保健活動推進員さんと一緒に健康増進に努めましょう!

【開催日時】7月13日(土) 14:00~16:00

血管! 骨密度!

【会場】鴨志田地域ケアプラザ 【対象】地域の大人 先着25名

【申込み】5月13日(月)10時から受付開始。先着25名で締め切ります。

【持ち物】室内用運動靴、動きやすい服装、タオル、外履き入れ、水分補給用の飲料水

【内容】①健口チェック(青葉区保健福祉センター歯科衛生士の話、口腔フレイルチェック)

②血管年齢チェック ③足指力チェック ④骨密度チェック(手首用)

⑤握力チェック *地区担当保健師への相談も可能です*

握力! 足指力!



ママのための 育児講座

【講師】人見 碧氏

悩みを共感、共有して、楽しい育児をしていきましょう。

同区で母乳ケア専門の(お産は扱わない)助sun院花掌(はなごころ)代表

【日時】6月28日(金) 10:00~11:30

【内容】●母乳のお話

【場所】鴨志田地域ケアプラザ(※駐車場の貸出無し)

●育児の悩み解決策

【参加費】500円(資料代含む)

●産後の身体と心のケア

【持ち物】バスタオル、筆記用具、上履きと外履き入れ、

●ママのストレス発散体操

子どもが好きなグッズ(おもちゃなど)、

水分補給用飲み物、オムツなど(オムツの使用済みは持ち帰り下さい)

New!



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)

講座申込先 : TEL (045)961-6911 HP <http://www.fujizuka.com/plaza/>

【令和6年6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

親子のひろば かも☆ん	4日	18日		10:00~12:00
協力医による無料健康相談	4日	18日		13:30~14:30内※要予約
ほっこりんこ(子育て相談会場)	5.12.19.26日 ※日程・時間共に区のHPを要確認			
鴨志田ノルディック	6日	15日		14:00~概ね16:00まで
鴨のお茶の間	7日		※要予約	13:30~15:00
はまちゃん体操	7日	21日		10:10~11:00
シルバーリハビリ体操	11日	25日		14:00~15:00
鴨志田ウォーキングクラブ	12日			※時間・コース要問合せ
歴史謎解き講座	12日			13:00~14:30
あおば音楽遊びの会	15日			11:00~12:00
鴨ちゃん健康クラブ	18日		※詳細要問合せ	※事前申込制
ぬりえサロン SAI	21日			13:00~15:00
鴨の花のとも(生け花)	22日		※事前申込制	10:00~12:00
介護者のつどい	27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。

デジタルライフ
を楽しむ会主催

授業や就職に役に立つ！MOS・Excel 資格取得を目指そう！講習会 **New!**

New!

【開催日時】6月12日から全10回 18:30~20:00 ※途中参加可 概ね第2・4水曜日開催!

【対象】15歳以上25歳くらいまでの方 【定員】8名(※3名以上で開催)

【参加費】毎月1,500円他市販テキスト代 【持ち物】Excel2019が動作するパソコン他

楽笑友の会主催

浮世絵から学ぶシリーズ 全3回 講師：楽笑友の会代表 中村康男氏
新千円札「神奈川沖浪裏」を描いた葛飾北斎の魅力!

第1回目 人生100年時代、90歳北斎の生き様から学ぶ!

【開催日】6月14日(金) 【時間】10:00~11:30

第2回目：北斎と広重の二大巨匠の魅力！ 7月2日(金)

第3回目：北斎に魅了されたシーボルトやゴッホら印象派！ 8月9日(金)

小学生からの将棋講座

講師を迎え、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。

6月10日・24日(月)15:30~17:00

概ね第2・4月曜日 開催!

【対象】小学生以上

【定員】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

鴨Jr.English

アルファベットから英語に親しめる2年生以上のクラスと
4年生から6年生迄は英検取得に特化したカリキュラムを
進めていきます。地域の英語に精通した方が学習支援サ
ポートをしていただきます。まずは体験へお越し下さい。

6月6日・13日・20日(木)16:00~17:00

その後概ね月3回 第1・2・3木曜日 開催!

【対象・定員】小学生2年生以上 毎回先着12名

【体験料】1回300円(資料代含む)

※入会後の参加費は月3回2000円



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/>