



横浜市さつきが丘地域ケアプラザ

ひろば



社会福祉法人みどり福祉会

発行 2024年5月第143号

社会福祉法人みどり福祉会
横浜市さつきが丘地域ケアプラザ

青葉区さつきが丘12-1

TEL 045-972-4769

FAX 045-972-4759

発行責任者：畑みどり

↑↑↑ <https://midorifukushikai.or.jp/category/satsuki/>

「さつきが丘ブログ」にて随時情報発信・事業カレンダーも掲載中



NEW!いつからでもスタート!

「THE健康講座」

一人でも気軽にご参加できます!お気軽にお問合せください!
お問合せ・お申し込みは 電話番号:045(972)4769

フレイル
予防応援
します

NEW!

「GOGOスマイル健康講座」

講師: ☺瀧田美江子先生

参加費: 無料

5月14日(火) 13:30~

6月24日(月) 10:30~

7月 8日(月) 13:30~

7月22日(月) 13:30~



「元気づくりステーション」

「さつき盆踊りの会」

第2木曜14時
(ケアプラザ)

「しらとりサロン」

第1・3木曜10時
(しらとり台自治会館)

「歩こう会ウォーキング」

第2月曜9時

(場所はケアプラザへお問い
合わせください)

「のびのび体操」

(体幹トレーニングストレッチ)

講師: ☺大河内智未先生

参加費: 500円

5月24日(金) 13:15~

6月28日(金) 13:15~

第4金曜日

「朝活ハマトレ」

講師: ☺山田剛寛先生

参加費: 500円

5月25日(土) 9:30~

6月 1日(土) 9:30~

「認知症予防講座」

講師: ☺松坂純子先生

参加費: 500円

5月16日(木) 13:30~

6月20日(木) 13:30~

第3木曜日

※ほか楽しいフレイル予防講座・
栄養講座・歯科講座・男性お料理グループ・
手作りひろば・ポッチャ体験会など開催しています。

＊ ＊ボランティアさん大募集＊ ＊

2024年 さつき草むしりデー

日時: 5月18日(土) 雨天の場合5月19日(日)

時間: 10:00~11:00

マスク着用、汚れても良い服装、運動靴でお越しください。
軍手はこちらで用意いたします。

＊ 団体様は会のボランティア活動として報告書への記載ができます。

ご協力いただける方は、
お電話または窓口で
お申込みいただけます。



地域ケアプラザは、子どもから大人まで気軽に集える施設です

下記講座のお申し込み電話番号：045（972）4769

定期開催事業	開催日	時間	開催場所	参加費
介護者のつどい	毎月第1木曜日 5月2日(木) 6月6日(木)	14:00 ～ 15:30	さつきが丘地域 ケアプラザ	無料
カフェ ろばCafé 	毎月第1月曜日 6月3日(月) 7月1日(月) 5月はお休み	10:30 ～ 11:30	ほっと・館 花 れもんcafé (しらとり台35-6)	300円程度/回 (お茶代として)
カフェ しらとりCafé 	毎月第4火曜日 5月28日(火) 6月25日(火)	9:30 ～ 10:30	Bondy's Cafe ボンディーズカフェ (しらとり台47-4)	300円/回 (お茶代として)



介護をしている方や介護経験のある方がお茶を飲みながら情報交換をしています。一緒にホッとひと息、リフレッシュしませんか？(予約不要)

認知症の人やそのご家族、近隣の方など、どなたでも気軽に集えるカフェです。(予約不要)

子育て関連事業	開催日	時間	予約	問い合わせ
子育て ワイワイ広場	毎月第1・3・4・5火曜日 5月 7日・21日・ 28日、 6月 4日	10:00 ～ 11:30	不要	さつきが丘地域 ケアプラザ 045(972)4769



地域で子育て中の方が気軽にちょっと立ち寄れる広場です。子育て中の方ならどなたでもお子さまと一緒に参加できます。プレママ・プレパパも歓迎！

赤ちゃん教室	毎月第2火曜日 5月14日(火) 6月11日(火)	10:00 ～ 11:15	不要 詳細は QRから	青葉区こども 家庭支援課 045(978)2456
--------	---------------------------------	---------------------	-------------------	---------------------------------



地域在住の第1子の0歳児と保護者の集まりです。保健師による育児アドバイスや情報交換、地域でのお友達作りなどを行っています。

地域活動・交流事業

体験参加
大歓迎
途中から
の参加可

お申し込み電話番号：045-972-4769

■初めての手話講座

開催日：毎月第1・3水曜日 13:10～14:40
5月1日・15日・29日、6月5日、6月19日、7月3日

- 参加費： 3,000円（6回分、資料代含む）
- 持ち物： 上履き、筆記用具
- 申込： お電話・窓口



■大人のぬり絵講座

開催日：毎月第1月曜日 13:30～15:30
5月13日・6月3日・7月1日、8月5日

- 参加費： 500円/回
- 持ち物： 上履き、あれば色鉛筆
- 申込： お電話・窓口



■楽しい朗読講座 全6回 第一木曜日 10:00～11:30

6月6日、7月4日、8月1日、9月5日、10月3日、10月31日(最終日は第5木曜日)

「劇団さつき」が朗読の基礎を丁寧に指導します。声の出し方、呼吸方法、活舌の練習等どなたでも楽しく参加できるプログラム。後半には、劇団オリジナル脚本の朗読劇の練習も取り入れ、秋まつりのステージでの発表を目指します。

- 参加費： 500円（6回分、資料代として）
- 定員： 10名
- 持ち物： 上履き・筆記用具
- 申込： お電話・窓口



ケアプラザのお祭り
で朗読劇を披露しよう！



社会福祉法人みどり福祉会 横浜市さつきが丘地域ケアプラザ (<https://midorifukushikai.or.jp/>)

Tel: 045-972-4769 / 045-972-4768 (相談専用) Fax: 045-972-4759