



横浜市さつきが丘地域ケアプラザ



ひろば

↑↑↑ <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



社会福祉法人みどり福祉会

発行 2025年5月第153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



どなたでも!いつからでもスタート!

「スマイル健康講座」

フレイル予防
応援します

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

NEW!

「笑顔脳トレ講座」

講師：瀧田美江子先生
参加費：無料

5月27日(火) 13:30~
6月30日(月) 10:30~
7月29日(火) 13:30~
9月16日(火) 13:30~

「背骨コンディショニング」

講師：伊藤かおる先生
参加費：500円

5月20日(火) 15:00~
6月4日(水) 13:00~
6月10日(火) 13:00~

「朝活ハマトレ」

講師：山田剛寛先生
参加費：500円

6月7日(土) 9:30~
7月5日(土) 9:30~

第1土曜日

※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
体験会なども開催しています。

「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)

「歩く脳トレ・スクエアステップ (筑波大考案)講座」

講師：松坂純子先生
参加費：500円

5月15日(木) 13:30~
6月19日(木) 13:30~

第3木曜日

協力医による<無料>健康相談

協力医：原内科医院 原良太郎先生

6月4日・6月18日・7月2日
14:30~15:00

※4月より原則第1・3水曜日、14:30
からとなりました。

- ・ご予約制です。
- ・1回につき、概ね2名まで。
- ・診療ではありませんので、ご了承願います。



上記講座・ご相談の申込、問合せ 電話番号：045(972)4769 地域包括支援センターまで

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1日(木) 6月5日(木)	14:00 ～ 15:30	さつきが丘地域 ケアプラザ	無料

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。
ご一緒にホッとひと息、リフレッシュしませんか？(予約不要)



カフェ ろばCafé 	毎月第1月曜日 6月2日(月) 7月7日(月)	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27日(火) 6月24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)

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13日・27日 6月 3日・17日 24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20日(火) 6月10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

お申込み・お問い合わせ電話番号：045-972-4769

WELCOMEあおばまちトーク

開催場所：いずみ青葉台保育園

(青葉区青葉台2-8-27)

6月28日(土) 10時～11時半

青葉台地域ケアプラザ・さつきが丘地域ケアプラザ共催事業



- 対象：青葉区に転入されたばかりの方／
1歳半までの初めての子育て中の方
プレママさんとそのパートナー
- 定員：7組程度
- 申込：5/28(水) 10時受付開始
右記QR(青葉台地域ケアプラザブログ)より



■楽しい朗読講座 ～声に出して朗読の楽しみを味わいませんか？～

全6回 第一木曜日 10:00～11:30 6月5日、7月3日、8月7日、9月4日、10月2日、11月6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、滑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、
希望者は10/26の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



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