

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

～あなたの力の1%を、あおばの未来に～

令和8年1月16日 **地域ケア会議** を開催しました



「高齢者の活動を地域で出来るだけ長く継続するために」をテーマに26名の方にご参加いただき、青葉区包括レベル地域ケア会議を開催しました。

3つのグループに分かれ、それぞれの活動の現状を確認しあい、地域で共通する課題は何かを話し合いました。自治会・地域活動全体における「高齢化の進行」「担い手不足」「活動が縮小傾向」「情報が届きにくい方がいる」など地域に共通する課題が確認されました。参加者それぞれが持ち帰り、工夫や改善策を考え、「地域ケア会議」を重ねていく事となりました。



地域ケア会議とは？

住み慣れた街で、出来るだけ長く安心して暮らし続けられるために、自治会、民生委員児童委員、青葉台地区社会福祉協議会、ボランティア団体等の方々と医療・福祉の専門職が協働して、『住み良い地域づくり』を目指して話し合う会議です。

もうすぐ
新年度！

今できる事をケアプラザで始めませんか？

【会場】横浜市さつきが丘地域ケアプラザ内
【お申込み・お問合せ】 045-972-4769(代)

見学・体験
大歓迎

健康体操さつき会

身体能力の維持改善を目指し、無理なく体を動かせます

開催日：毎月第1・2・3月曜日 10:30～11:30

対象：地域にお住まいの方
(年齢問わず)

参加費：1,000円/月(3回分)

持ち物：動きやすい服装、運動靴、
飲料水、スポーツタオル



朝活・ハマトレ体操

イスに座ってできる、セルフケアを取り入れた優しい体操

開催日：毎月第1土曜日 9:30～10:30

対象：地域にお住まいの方
(年齢問わず・シニアの方も大歓迎)

参加費：1回500円

持ち物：動きやすい服装、運動靴、
飲料水、タオル



本格珈琲を楽しむ会 めいど ～明土オープンカフェ～

美味しいハンドドリップ珈琲の入れ方も学べる、どなたでもご参加いただけるオープンカフェ。

開催日：毎月第4土曜日 13:00～15:00

対象：珈琲がお好き方どなたでも
参加費：1回300円(珈琲代)



ボランティアサロン 手づくりひろば

手芸作品づくりを通して、ボランティア活動を行うグループです。おしゃべりを楽しみながら、ゆったりと活動しています。

開催日：毎月第3月曜日 10:00～11:45

対象：手芸に興味のある方どなたでも
参加費：1回100円



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 3月5日(木) 4月2日(木)	14:00 ～ 15:30	さつきが丘地域 ケアプラザ	無料
ろばCafé 	毎月第1月曜日 3月2日(月) 4月6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)
しらとりCafé 	毎月第4火曜日 3月24日(火) 4月28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 3月 3日・17日 24日・31日 4月 7日・21日 28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 3月10日(火) 4月14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 登録団体

お申込み・お問い合わせ電話番号：045-972-4769

■歴史と珈琲を楽しむ会 開催日：毎月第3月曜日 13:00～15:00

歴史がお好きな方、大河ドラマにハマっている方、日本の歴史の謎解き、深読みを一緒にしませんか？
珈琲片手に講師の軽妙な講話を楽しめます。

- 参加費： 2,000円（6回分）
資料・コーヒ代を含む
※単発参加の方1回400円
- 持ち物： 筆記用具・上履き



■美BODY 開催日：毎月第4日曜日 10:30～11:45(開催日の変更がある場合がありますので、ご確認ください。)

普段の生活に取り入れられるエクササイズで、美しい立ち姿と健康的な歩き方を学びます。身体への負担を減らす動きのコツをお伝えします。

- 参加費： 3,000円(4回分)
- 持ち物： 上履き、水分補給用の飲み物、タオル、動きやすい服装
- 対象： 高校生以上の地域の方どなたでも



横浜市さつきが丘地域ケアプラザ内 地域包括支援センターは 「身近な相談窓口」です。



子育て・障害・高齢などの分野を問わず、お困り事や心配事などの相談を受け付けています。必要に応じ、各種関係機関と連携し支援を行いますので、お気軽にご相談ください。



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