

横浜市 加賀原地域ケアプラザ ケアプラダより

X

10月11月号



令和7年10月1日発行 第130号
社会福祉法人 中川徳生会
横浜市加賀原地域ケアプラザ
発行責任者 | 所長 五十嵐 徳

講座・イベント情報

※特に記載のない限り、会場は**加賀原地域ケアプラザ**です。
※駐車場はありませんので公共交通機関のご利用をお願いします。

■ 高齢・介護 ■ どなたでも
■ 子育て支援

カフェ かがはら

毎月第2火曜



皆様の健康お役立ち講座を開催！ ■100円(コーヒー付き)

10月14日(火) 13:30~15:30

「みんなで楽しく健康チェック」

内容:血管年齢・体組成・口腔機能・握力・体内糖化度
協力:佐江戸・加賀原保健活動推進員、明治安田生命



要申込 11月11日(火) 10:00~13:00

「缶詰を使ってバランスの良い食事を作ろう」

■10月1日より受付 ■定員20名

■持ち物 エプロン、上履き 主催:都筑区ヘルスメイト



介護者のつどい

毎月第4木曜

要申込 ■無料

介護の相談・情報交換・日頃の悩みや思いを話してみませんか？

10/23(木)・11/27(木) 13:30~15:00 ■10名程度

健康いきいき講座 in 池辺地区

要申込 ■無料

注！会場は、「フリースペース泉」(正式名称は「レンタルスペース都筑・池辺」/都田小学校の隣/都筑区池辺町 2842)

10/22・11/19・12/17(いずれも水曜)

13:30~15:00 ■定員:15名程度

■動きやすい服装、内靴、飲み物、筆記用具、タオル等

べるえきっぴ

「べるえきっぴ」はフランス語で「良き友」。障がいのある方の余暇活動事業です

要申込

アトリエかがはら

奇数月第4土曜

11月22日(土) 13:00~15:00

『来年の年賀状作り』 ■10名

■中学生以上 ■300円

■講師:酒井幸子氏

協力:放課後等デイサービスおもちゃ箱つづき



かがはら畑部

年4回第2土曜

広い空の下でさまざまな農業体験。畑で販売の無農薬野菜も購入できます。

11月8日・2月14日 いずれも土曜日

10:00~12:00 10時ケアプラザ集合 ※現地集合も可 ※雨天中止

■場所:都筑ハーベスト南畑(池辺町) ■200円/1組

軍手・長靴・帽子など着用、タオル・飲み物持参下さい。協力:都筑ハーベスト



美肌づくり講座

連続講座ですが、単発でも申し込み出来ます

要申込

10月21日(火) 保湿・フェイスマッサージ

10月29日(水) 下地~ファンデーション

9:30~11:30

■定員 | 10名 ■参加費 | 500円/回 ■どなたでも

■講師 | 清水裕子氏(クリエイティブスタジオ凛)

■持ち物 | 自分でお使いの基礎化粧品、フェイスタオル3枚、他



サンサンひろば

毎月第4木曜



自由遊びのお部屋です。おもちゃもあるよ

10月23日(木)・11月27日(木) 10:30~12:00

■未就園児親子 ■無料 (時間内の出入自由)

11月27日 イベント~あつまれ!都筑のニューフェイス!~
みどり保育園の保育士さんがきます

子育て支援者会場

毎週火曜日(祝日を除く)

10:00~12:00

(時間内出入自由)

■対象:未就園児親子 ■無料

主催:都筑区福祉保健センター こども家庭支援課



赤ちゃん会

毎月第4水曜

10:00~11:00

■対象:0歳児親子 ■無料

バスタオルをお持ちください



来年の干支 午年(うま)の置物作り

要申込

11月12日(水) 13:30~15:30

■定員 | 10名 ■参加費 | 600円

■講師 | 久保田秀子氏(アトリエ olive)

ちりめん布で作ります。使い慣れた針、ハサミなどお持ちください



育児講座



要申込

~親子の心を育む~

子育てははじめの一步&体を使った遊び

11月29日(土) 14:00~15:30

■対象 | こどもの年齢が0~3歳の父子、母子、ファミリー

■定員 | 10組(先着順) ■無料 ■講師:矢島康平氏



サロンよりみち

毎月第4水曜

14:00~15:30

10月22日(水) フラダンス観賞と茶話会

11月26日(水) 絵手紙と茶話会

■無料

主催:佐江戸加賀原地区民生委員児童委員協議会



<お申込み・お問合せ>

横浜市加賀原地域ケアプラザ 受付時間:9時~17時

横浜市都筑区加賀原 1-22-32

☎ 045-944-4640(代) Fax 045-944-4642

介護保険の申請・相談はケアプラザでも行っています

職員不在の場合がございます。お手数ですが事前連絡の上お越しください



地域包括支援センター 相談専用電話

045(944)4641

電話受付時間

平日・土曜日 9時～18時

日曜・祝日 9時～17時 ※年末年始除く

状況に応じ訪問もいたします
お気軽にご連絡下さい



加賀原地域ケアプラザ カレンダー

高齢・介護

どなたでも

子育て支援

小学生以上

10月

日	月	火	水	木	金	土
			1 休館日	2	3 さくらんぼクラブ	4
5	6	7 子育て支援者	8	9 おさるんリトミックⅡ期	10 キッズメニュー試食会 さくらんぼクラブ	11 詳細は8・9月号参照
12	13 スポーツの日	14 カフェかがはら 子育て支援者	15	16	17 さくらんぼクラブ	18
19	20	21 美肌づくり講座① 子育て支援者	22 赤ちゃん会 サロンよりみち 健康いきいき講座in池辺 →会場は都田小の隣	23 介護者のつどい サンサンひろば	24 さくらんぼクラブ	25
26	27	28 子育て支援者	29 美肌づくり講座②	30	31 さくらんぼクラブ	

11月

日	月	火	水	木	金	土
					さくらんぼクラブ	1
2	3 文化の日	4 子育て支援者	5 休館日	6	7 さくらんぼクラブ	8 べるえきっぷ畑部
9	10	11 カフェかがはら 子育て支援者	12 午年の置物作り	13 おさるんリトミックⅡ期	14 さくらんぼクラブ	15
16	17	18 子育て支援者	19 健康いきいき講座in池辺 ※会場は都田小の隣	20	21 さくらんぼクラブ	22 アトリエかがはら 注：中学生以上
23/30 勤労感謝の日	24	25 子育て支援者	26 赤ちゃん会 サロンよりみち	27 介護者のつどい サンサンひろば	28 さくらんぼクラブ	29 育児講座

<ケアプラザ会場で定期的に行われている事業>

支援の種類	事業名	日時	
高齢・介護	カフェかがはら	第2火曜 13:30～15:30	★表面参照
	サロンよりみち	第4水曜 14:00～15:30	★表面参照
	介護者のつどい	第4木曜 13:30～15:00	★表面参照
どなたでも	畑部	年4回第2土曜 10:00～12:00	★表面参照
	アトリエかがはら	隔月第4土曜 13:00～15:00	★表面参照
子育て支援	サンサンひろば	第2・4木曜 10:30～12:00	★表面参照
	子育て支援者会場	毎週火曜 10:00～12:00	★表面参照
	さくらんぼクラブ	毎週金曜 10:30～12:00	未就園児対象/幼児サークル
	赤ちゃん会	第4水曜 10:00～11:00	★表面参照