

グリーンケア ～大切な人を亡くされた方の語りの会～

10月17日(火)13:30～15:00

講師：国家公務員共済組合連合会横浜南共済病院 緩和ケア認定看護師

対象：大切な方を亡くし悲しみを抱えている方 10名 無料 9/11～受付

[内容] ①ミニレクチャー「グリーン・グリーンケアについて」 ②語り合い



体にやさしいヨガ ～週末の体ほぐし～

8月26日(土)13:30～15:00 → 7/22～受付

9月9日(土) → 8/12～受付

9月23日(土) → 8/26～受付

どなたでも 14名 1回500円

※フェスタオル(約34cm×85cm程度のもの)をご用意ください。



横浜市八聖殿郷土資料館 館長 相澤 竜次 氏と

釜利谷の歴史を探る会

8月28日(月)13:30～15:30

どなたでも 10名 無料 受付中

“昔はこうだったらいいよ” “ずっと以前に〇〇があったと聞いたことがある”等、“らしい”や“噂話”でも構いません。釜利谷の歴史について語り合いませんか。お気軽にご参加ください!

～座ったままでできる健康体操～

月曜日には体操を!

8月14日(月)10:15～11:15 → 受付中

どなたでも 15名 300円 *次回予定9/11



一緒に歌を歌いましょう!

8月18日(金)13:30～14:45 → 受付中

どなたでも 18名 400円 *次回予定9/15



はいねずみのお針箱 9月27日(水)12:30～14:30

どなたでも 18名 無料

お好きな手芸等(手芸、折り紙等々)を持ち寄って、午後のひとときを一緒に過ごしませんか? お喋りだけのご参加も大歓迎です。 *次回予定11/29



今日は犬の日 ～セラピー犬とふれあいませんか～

9月14日(木)14:00～14:30 無料 受付中

どなたでも 15名 *次回予定12/5



介護者のつどい

9月20日(水)10:00～11:30(受付9:30～)

認知症の理解と予防

講師：社会福祉法人湘南福祉会 湘南病院

精神神経科医師 中村 紫織先生

参加費：無料 定員：30名程度

対象：地域の方・概ね65歳以上の方

かまりやサロン 8月24日(木)10:00～11:30

介護や認知症についての情報交換や介護の悩みなどを一緒にお話ししましょう。医療や福祉・介護の専門職も参加します。お気軽にご参加・お問い合わせください。無料 受付中



行政書士による無料個別相談会

お一人様30分 ※予約優先

成年後見・相続・遺言などの困り事、悩み事はありませんか? ちょっと話を聞いてみたい、相談してみたい等ありましたら、個別に相談できる機会です。無料ですので、この機会にぜひご参加下さい。

日時：令和5年8月17日(木) 13:30～15:30(最終受付は15:00)

協力：公益社団法人コスモス成年後見サポートセンター 神奈川県支部(愛称「かなさぼ」)

星空クリニック 水原先生による健康相談会(年4回開催)

健康に関する疑問に、横浜市釜利谷地域ケアプラザの協力医である水原先生が答えます!

8月24日(木)[予約制]14:00～もしくは14:30～各30分枠

地域の方どなたでも 2組 ※予約の方優先 無料 ※診察ではありませんのでご注意ください。



*** 参加にはお申込が必要です。当日でもお気軽にお問合せください。***

障がいのある方は対象に関係なくご参加いただけます。入館者はマスクの着用をお願いいたします。

横浜市釜利谷地域ケアプラザ 地域活動・交流 電話 788-2901

釜利谷南2-8-1

釜利谷地域ケアプラザ



よこはまシニアボランティアポイント登録研修会

※介護保険法に規定する介護予防事業として平成21年10月から実施

9月12日(火)13:30～15:00 → 8/1～受付 会場：横浜市釜利谷地域ケアプラザ

介護施設等でボランティア活動を行うと、ポイントがたまり、寄付または換金することができます。

※お申込みが必要です(65歳以上、横浜市の介護保険被保険者証を保有している方 先着8名 無料)



英会話・英語の歌・英語遊び等 楽しい時間を一緒に過ごしましょう!

かまりや英語クラフ

8月5日(土)13:30~14:30 *次回予定9/2
知的障がい等ある方 16名 300円



フラレール広場 (11:15~お片付け)

8月16日(水)10:00~11:30 →受付中
10月10日(火)10:00~11:30 →9/1~受付
どなたでも 10組 無料



きくちゃんのからだ遊び・こころ遊び 麦わら帽子クラフ

8月18日(金)10:30~11:30 →受付中
9月15日(金)10:30~11:30 →8/1~受付
おおむね1~4歳児と保護者 10組 無料



親子で楽しむ おはなし会

8月21日(月)11:30~12:00 無料

☆絵本☆わらべうた☆手袋人形 など

内容は子ども向けですが妊婦さんや興味のある大人も。
直接会場へどうぞ。 *次回予定10/16

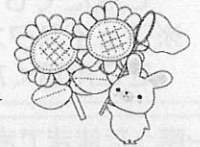


リス△体操遊び Moo-Moo(ム-ム-)クラフ

8月28日(月)10:15~11:15 →受付中
9月25日(月)10:15~11:15 →8/1~受付
おおむね1歳半~6歳児と保護者 12組 無料



ご兄弟児の参加もできます
お気軽にお問合せください



かまりやボランティアポイント「ひこうき」



- ・この活動は、ボランティア活動を通して身近な社会のしくみの体験とライフスキル支援を目的としています。
- ・釜利谷地域ケアプラザ内でボランティア活動を行うと、ポイントがたまり、商品等と交換ができる制度です。
- ・障がいのある中学1年生から23歳までの方が対象です。詳細はお問合せください。担当：菅谷

*** 参加にはお申込が必要です。当日でもお気軽にお問合せください。***

障がいのある方は対象に関係なくご参加いただけます。入館者はマスクの着用をお願いいたします。

横浜市釜利谷地域ケアプラザ 地域活動・交流 電話 788-2901 釜利谷南2-8-1 [釜利谷地域ケアプラザ](#)

発達に心配のある子どもをもつママのためのおしゃべり会「カモミール」

月に一度、発達に心配のある子どもがいるママ達が集まって「おしゃべり会」を開催しています。

困ったこと、心配なこと、進路のことなどについて、一緒におしゃべりしませんか?

「ゆるいつながり」をモットーに活動しています。会費・役員はありません。

対象：主に釜利谷地区在住で、普通級籍で支援の必要なお子さんのママ、支援学級・支援学校に在籍のお子さんのママ

活動日：8月18日(金) / 9月15日(金)

連絡先：chamomile.kamariya@gmail.com 担当：久保まで E-mailでお問合せください。

子育てサポートシステム 入会説明会 9月9日(土) 10:30~11:30

申込み・問合せ/主催：金沢区地域子育て支援拠点「とことこ」横浜子育てサポートシステム金沢区支部事務局 TEL 352-7110

共催：横浜市釜利谷地域ケアプラザ 会場：横浜市釜利谷地域ケアプラザ 多目的ホール 定員：15名

釜利谷 親子すくすく広場♪ ~0才から未就園児までの親子対象~

♪音楽に合わせてリトミック ♪素敵な生演奏 ♪手作りおもちゃ ♪赤ちゃんコーナーもあって安心♡

★とき：9月30日(土) 10:00~11:30 (受付/9:45~)

★ところ：釜利谷地区センター 2階体育室

★申込み：7月25日(火)~ QRコードよりお申込みください。

★対象：おおむね0~3歳児の親子 先着おおよそ40組

★参加費：100円(1家族につき) ★持ち物：飲み物、大人の室内履き(子どもは、はだしです)

★問合せ：釜利谷子育て連絡会 kamariya.kosodate@gmail.com

(荒天時の開催の有無のみ 横浜市釜利谷地域ケアプラザ 電話：788-2901)

主催：釜利谷子育て連絡会(釜利谷地区社会福祉協議会)

後援：釜利谷地区連合町内会 釜利谷地区民生委員児童委員協議会 及び 保健活動推進員会・西金沢地域ケアプラザ・釜利谷地域ケアプラザ



今年は申込制です!

<https://forms.gle/2bDUCjyWtm91fLv37>

