

# かるがも通信

第121号



六浦地域ケアプラザ  
キャラクター  
むうたん

令和5年5月発行

社会福祉法人 恩賜財団 神奈川県済生会

横浜市六浦地域ケアプラザ

発行責任者: 所長 佐藤 章

横浜市金沢区六浦5-20-2

6月が近づいています。梅雨入りが近いということですね。雨降りより晴天の方がいいと多くの方は言いますが。でも雨はとても大事です。水不足の夏にならない事を願います。雨が降っても皆様の笑顔があれば湿度はそんなに気になりません。笑顔を持ってケアプラザにお越しください。六浦ケアプラザは25周年を5月に迎えています。ニコニコ25周年です。

これからもよろしく願いいたします。 六浦地域ケアプラザ 所長 佐藤 章

## 花王 好印象! シニアメイクセミナー



気持ちが前向きに！イキイキとした毎日を！  
花王のビューティーカウンセラーに  
メイクの仕方を教えてもらいましょう！

日時: 7月3日(月)  
13:30~15:00(受付13:15~)

場所: 六浦地域ケアプラザ  
多目的ホール

対象: 60代以上の女性 参加費: 無料

募集人数: 先着20人

申込: 6月5日(月)9:00~(電話か窓口)

持ち物: 手鏡、普段お使いのメイク品  
(アイシャドー、アイブロー、チーク等)  
スリッパ、靴入袋

\*当日は普段のメイクをしてきてください。  
\*テスターはありません。

主催: 地域活動交流

協力: 花王グループ

カスタマーマーケティング(株)

横浜市社会福祉協議会 市民活動支援課

## ささえ愛のつどい お仲間 募集中!

今年のテーマ

毎日を安心して

暮らしていけるように

地域デビューを考えているあなた!

お仲間になりませんか?

老若男女の誰もが良い年齢を重ね、たとえ一人暮らしになっても安心した生活ができる地域になるようにと話合っています。どなたでも お気軽にご参加ください!

今年予定の講座:

- ・訪問医療について
- ・六浦の歴史に親しむ
- ・AED研修

(昨年度AEDマップを作成)

次回は6月28日(水)10:00~

資料準備が必要のため事前にご連絡をお願いします  
問合せ: 生活支援コーディネーター 山元



♡むうたんカフェ コーヒーの提供を再開!

7/10(月) 13:30~15:00 100円 予約6/10~  
余興: マカニフラスタジオ フラダンス

♡Village Mutsuura(レコード鑑賞会)

7/12(水) 13:30~15:00 ビートルズ他

## 地域活動交流事業

	事業名	7月	8月	時間	会費等
多世代交流	むうたんカフェ 〈多職種連携事業〉	10	14	13:30~15:00(申込1か月前~)	100円
	Village Mutsuura 〈レコード鑑賞〉	12	9	13:30~15:00	無料
大人向け体操	わくわく健康体操教室 〈3回コース〉	7/20,8/17,9/21		10:00~11:00	1000円/3回
	リラックスYOGA教室	6	10	13:30~14:30	500円
	ひばりエクササイズ	25	22	10:00~11:00	500円
	リズム&ピラティス	27	24	10:00~10:45	500円
趣味を通じた交流	手作り部 〈布ぞうり作り 2回コース〉	7/5と7/13		13:30~15:30	800円
	ボランティア部	26	2	13:30~15:00	無料
	フラワーアレンジメント	11		①10:00~12:00 ②13:30~15:30	1100円
	書道に親しむ 〈現在満席〉	4, 18	1, 22	13:00~14:30	1000円
子ども支援	子育てサロン『ふあんふあん』	8/3	9/14	10:00~11:30(8, 9月分申込6/1~)	無料
	むうたんリトミック 〈未就園児向け〉	18, 25	8, 29	10:00~10:45	500円
	子連れYOGA教室	6	10	10:00~10:40	500円
	ベビーマッサージ	6	10	11:00~11:40	500円
	にじいろタイム 〈関東六浦子ども園の先生と遊ぼう〉			10:00~11:00	無料
	学習支援 むうたん塾 〈現在小・中学生共満席〉		毎週木曜日	小学生 17:00~18:00 中学生 18:30~20:00	1000円/月
い障児が	あったかスペース 〈障がい児向け〉	28	25	15:30~17:30	100円

申込は基本ご予約制となっています。

地域の方のサークル活動・体操・音楽・語学・趣味活動も多数あります。お問合せ大歓迎です！

## 生活支援体制整備事業

六浦ボランティアネットワーク 〈六浦西・六浦・六浦東地区エリア〉	小さなお手伝いが出来るボランティアを派遣します。近隣に手助けして下さる方がいない等、ご事情のある方優先。住民による住民のためのボランティア団体です。一緒に活動して下さるボランティアも募集中！ 活動時間：月曜日～金曜日9:00～16:00の2時間程度(原則) 庭仕事は7月～9月まで休止。詳しい事は事務局までお問い合わせください。	付添、家事援助、見守り等 (500円/1時間) 庭仕事等 (1,000円/1時間)
3rd placeウォーキングプランを立てよう!	お茶を飲みながら秋のウォーキングプランを企画しましょう Zoomでの参加もOK 定員10名 9月上旬頃予定	無料

## デイサービス

# ヘアカット 始めました

ご利用中にヘアカットができます。  
予約制、別途有料となります。  
開催日：毎月第2火曜日 13:30～  
利用曜日変更での対応も可能です。  
まずはご相談ください。



みんなの  
ケアプラザ

【お問い合わせ・お申し込み】  
**横浜市六浦地域ケアプラザ**  
〒236-0031 金沢区六浦5-20-2  
電話 045-349-5141

HP: <http://park6.wakwak.com/~mutsuura/>

