

かるがも通信

第131号



六浦地域ケアプラザ
キャラクター
むうたん



HPも
ご覧
下さい→



令和6年6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

梅雨入りしました。(沖縄は梅雨明けですが)梅雨と言えば、毎日続く雨降り。太陽が待ち遠しいのですが、どうも今年(最近)の梅雨は『短強広警』と四文字でまとめられているそうです。『短期間』に『強い』雨が降る日が多く、それも『広範囲』で『警戒』が必要になると。災害に気を付けて充実した毎日を過ごして頂きたいと思います。

そしてケアプラザには『楽充笑日』を探しに来て頂けたらと思っております。

『楽しい充実した笑顔のある日々』を職員一同願っています。

所長 佐藤 章

夏休み こども Workshop

8/3
(土)

世界にひとつのタイルアート

カラフルな色と形のモザイクタイルを使って作ります。
コースターは目地材を入れて仕上げます。

①フォトフレーム

- ①小学1~3年生対象 フォトフレーム 13:00~14:30 1,300円
- ②小学4~6年生対象 コースター 15:00~16:30 1,300円



作品イメージ

②コースター

定員: 各10名 先着予約制
講師: アトリエぱぜすこ
タイルクラフト作家 にゃおこ氏
持ち物: 汚れても良い服装、持ち帰り用袋
申込み: 電話か来館

8/6
(火)

こども陶芸

陶芸作品を作ってみよう!未就学児対象の絵付けは小皿にえんぴつでデザイン、筆で絵を描きます。小学生は1~3年、4~6年に分け粘土にスタンプ等でデザインをします。夏休み終了前にお渡し予定です。

- ①未就学児対象 絵付け(小皿) 500円 10:00~11:30 付き添いをお願いします
- ②小学1~3年生対象 おやつ皿 1,200円 12:30~14:00
- ③小学4~6年生対象 マグカップ 1,500円 14:30~16:00

①小皿 (絵付け)



②おやつ皿



③マグカップ



作品イメージ

定員: 各15名 先着予約制
講師: 金沢区街の先生 日高祐美子氏
持ち物: 持ち帰り用袋
汚れても良い服装(爪を切ってきてください)
申込み: 電話か来館

8/3 1
(土)

パパといっしょに遊ぼう!!

子育てはじめの一步&体を使った遊び

10:30~12:00

パパ講師と遊んだり育児の事についておしゃべりしよう!ママ、プレパパ、プレママもOK!

対象: 赤ちゃん~2才位迄のお子さんとパパ
定員: 15組 先着予約制 (参加費無料)
講師: 全日本育児普及協会認定パパ講師 廣瀬義崇氏 <9才と7才のパパ>



持ち物: 飲み物等 申込み: 電話か来館

消費者トラブルにあわないために

〇〇商法、インターネットやクレジットカード等のトラブルに遭わないための注意点などを分かりやすく教えてもらいましょう。お気軽にどうぞ!!

日時: 8月1日(木) 13:30~15:00

対象: 概ね65歳以上の方

定員: 15名 先着予約制 参加費: 無料

講師: 横浜銀行 行員

持ち物: 筆記用具 申込み: 電話か来館



8/10
(土)

親子そば打ち体験&試食

9:30~13:00

そば粉を混ぜ、固め、伸ばし、切る工程迄行います。自由研究として、食育として、長年そばを作り続けているボランティア講師が丁寧に教えます。親子では是非!

対象: 小学生と保護者(1家族4人迄)
参加費: 1組 2,000円
定員: 5組 (先着予約制)
講師: むつうら二八の会 有志
持ち物: エプロン、手ふきタオル
バンダナ又は給食キャップ、上履き (爪を切ってきてください)

申込み: 電話か来館



嬉しいご報告:レコードのアンプ、寄付をいただきました!六浦西地区連合町会 相川会長と地域の小林様、どうもありがとうございました! Mr. Ohnoが調整してくれました。鑑賞会: 7/10 13時半

地域活動交流事業

	事業名	7月	8月	9月	時間	参加費等
多世代交流	むうたんカフェ 〈8月マンドリン 予約7/8〜〉	8	19	9	13:30~15:00	100円
	Village Mutsuura〈レコード鑑賞会〉7月 リクエスト曲	10	14	11	13:30~15:00	無料 レコード募集中
大人向け体操	わくわく健康体操教室 〈10~12月分予約 9/2〜〉	18	15	19	①10:00~10:45 座位 ②11:00~11:45 立位	3回1000円
	リラックスYOGA教室 ヨガで身体を整えよう	4	1	5	13:30~14:30	500円
	ひばりエクササイズ ひばりさんの歌に合わせて体操を♪	12	/	13	10:00~11:00	500円
	リズム&ピラティス リズム体操と体幹トレーニング	25	/	26	10:00~10:45	500円
趣味を通じた交流	手作り部	調整中			13:30~15:30	1000円程度
	ボランティア部 おしゃべりしながら手芸ボラ!	3	7	4	13:30~15:00	無料
	フラワーアレンジメント 新鮮なお花をアレンジ!	9	/	10	①10:00~12:00 ②13:30~15:30	1100~2000円
	書道に親しむ 〈参加者募集中〉 書で精神統一	2,16	6,27	3,17	13:00~14:30	1000円
	百人一首部 和歌を読み解きかるた取り	19	16	20	10:30~11:30	無料
子ども支援	子育てサロン ふあんふあん 親子で遊ぼう	8/8	9/12	10/10	10:00~11:30 (10,11月分は8月1日~予約)	無料
	むうたんリトミック〈未就園児向け〉 リズムであそぼ	10,17	14,21	11,18	10:00~10:45	500円
	子連れYOGA教室 ヨガで身体をほくそ	4	1	5	10:00~10:40	500円
	ベビーマッサージ 赤ちゃんとの大切な時間♡	4	1	5	11:00~11:40	500円
	にじいろタイム 1才位~ 〈関東六浦こども園の先生と遊ぼう〉 工作や読み聞かせ!	29	19	30	10:00~10:45	無料 4月~時間変更
	学習支援 むうたん塾 〈中学生のみ若干空有〉 元教員や大学生等による寄り添い型学習支援	基本週1木曜日			小学生 17:00~18:00 中学生 18:30~20:00	1000円/月
障がい児が	あったかスペース 〈障がい児向け〉	26	23	27	15:30~17:30	100円

他にも貸館利用団体の趣味・体操グループ等沢山の活動中です。気軽にお問合せください!



生活支援体制整備事業

ささえ愛のつどい お仲間募集中	地域デビューは敷居が高いけど何かやってみたい方! 気になっている事を気軽に伝え合い、実験的に企画し実施する場です。今後の予定:7/25、8/22 10:00~
3rd place 体験してみ隊! 募集	様々な「ちょっとやってみたいな」をサークル活動のように実現してみましょう。お声かけください。予定:8月20日(火)13時半~「ウォーキングプランを立てよう!」
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〉	住民同士の助け合いが出来る町づくりのための住民主体のボランティア団体です。ご依頼は事務局までご相談ください。身近に助けられる人がいない方等を優先。庭仕事等(千円/1人1時間)、付添、家事援助、見守り等(500円/1人1時間)事務局:山元

☀️ 熱中症に気をつけましょう!

65歳以上の方は**室内での熱中症が一番多い**という報告があります。
☆暑い時には窓を開けたり、扇風機を使ったり、すだれを使うなども効果的です。ただし、**室温が28℃を超えたらエアコン**をつけましょう。こまめな水分補給も大切です。入浴前後、寝る前、起床後も忘れずに! ただし、アルコールは逆効果ですよ。お水やノンカフェインの飲料がおすすめです♪ 元気に暑い夏を乗り切りましょう!!

デイサービス

久しぶりの運動会!



5月16日から18日の3日間運動会を行いました。殆どの方が初めての参加でした。勝負がつかず悔しい思いをしたり喜んだり楽しく行う事が出来ました!

ご利用者募集中!

是非ご見学にお越しください。車での送迎も致します。美味しい昼食や大きいお風呂がオススメです。お問合せ大歓迎!

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: <https://mutuura-careplaza.jp>

