

かるがも通信

第148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8年1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

新年あけましておめでとうございます。今年も六浦地域ケアプラザで有意義なお時間をお過ごしください。

昨年の漢字一文字は「熊」が選ばれました。（その前は「金」）

さあ今年はどうような漢字が選ばれる1年になるのでしょうか。

大きな災害が起きない平和な六浦>横浜市>神奈川県>日本、になることを祈念します。

所長 佐藤 章



六浦ボランティアネットワーク

1月24日(土) 午後カフェ

14:00~16:00

今回は**折り紙**をします。
どんなものが出来るかな？
お子様も大歓迎！お茶飲みや
おしゃべりだけでも気軽にいらしてください



作品例

参加費: 100円

予約不要・直接お気軽にお越しください。

会場: 多目的ホール

問合せ: 事務局 生活支援コーディネーター 渡邊



多世代交流カフェ

むうたんカフェ

2月9日(月)13:30~15:00

地域の方と一緒に楽しい時間を過ごしましょう！

参加費: 200円(コーヒーとお菓子付)

(物価高騰に伴い1月より参加費改定致しました)

定 員: 35名(先着予約制)



2月分のご予約は、1月13日(火)9:30~ むうたん

電話または来館にて承ります。

「音楽で心を助け隊」による演奏・お笑い予定

*余興出演者募集中！団体・個人等演奏・演舞など

ボランティアでご出演できる方。是非ご連絡ください！

*お茶出しボランティアさんも募集中！(担当: 渡邊・山田)



六浦ボランティアネットワーク

ボランティアを派遣します



周りに頼れる方がいない方を対象に、暮らしの中の
さまざまなお困りごとをお手伝いします。

草取りや枝払いなどの軽作業、家事援助、窓ふき・掃
除、囲碁や話し相手、通院や院内での付き添い、買い
物の同行、傾聴など、日常生活を支える活動を行っ
ています。どうぞお気軽にご相談ください。

詳しくは裏面をご覧ください。

問合せ: 事務局 生活支援コーディネーター 渡邊



包括支援センターからのお願い

来館でのご相談を希望される方へ

介護保険申請、介護について等の相談は
基本予約となります。



事前にお電話を下さいますようお願いいたします。



子連れヨガ&ベビーマッサージ

冬季お休みのお知らせ

令和8年1月~3月は都合によりお休み致します。

4月より再開致しますので次号にてお知らせします。



子育てサロンふあんふあん^{無料}

みんなで遊ぼう！赤ちゃん~未就園児向け

月1回、第2(木)10:00~11:30に開催しています！

★2月12日 おひなさまづくりとおもちゃ遊び

★3月12日 春の工作とおもちゃ遊び

予約申し込み受付中です。他親子向け講座は裏面にあります→



お知らせ

1月25日(日)は停電の為、臨時休館となります。

地域活動交流事業

六浦で楽しく活動しましょう！



	事業名	1月	2月	3月	時間	参加費等
多世代交流	むうたんカフェ 2月「音楽で心を助け隊」予約1/13 9:30~	19	9	9	13:30~15:00	200円
	Village Mutsuura <2月 映画音楽> レコード鑑賞会	14	18	11	13:30~15:00	無料 予約不要
	うたごえ むつうた(6UTA) ギター伴奏で歌おう！	27	24	24	13:30~14:30	500円
大人向け	リラックスYOGA教室 ヨガで身体を整えよう	15	5	5	13:30~14:30	500円
	リズム&ピラティス <満席>リズム体操と体幹トレーニング	9,22	13,26	13,26	10:00~10:45	500円
趣味を通じた交流	手作り部 手芸を通して頭の体操をしましょう	調整中			13:30~15:30	実費
	ボランティア部 おしゃべりしながら認知症マフやつるし雛作り	7	4	4	13:30~15:00	無料
	フラワーアレンジメント<募集中>新鮮なお花をアレンジ！	13	10	10	①10:00~12:00 ②13:30~15:30	1100~2000円
	書道に親しむ <現在満席> 書で精神統一	6,20	3,17	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	16	20	27	10:30~11:30	無料・予約制
子ども支援	子育てサロン ふあんふあん 2/12 おひなさま作り、3/12 春の工作	8	12	12	10:00~11:30 <2,3月分 受付中>	無料・予約制
	むうたんリトミック<未就園児向け> リズムであそぼ	14,28	4,25	11,25	10:00~10:45	500円・予約制
	ママヨガ&ベビーマッサージ 親子のリラックスタイム	1~3月休、4月~再始動			10:30~11:30	500円・予約制
	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！	19	16		10:00~10:45	無料・予約制
	学習支援 むうたん塾 元教員や大学生等による寄り添い型学習支援 中学生若干募集中	基本毎週木曜日			小学生 17:00~18:00 中学生 18:30~20:00	1000円/月

* Village Mutsuura(レコード鑑賞会)とボランティア部以外は予約制です。

生活支援体制整備事業

ささえ愛のつどい

お仲間募集中 ♡ 興味のある方見学も歓迎です

地域のつながりを育む場として、身近な話題や気になるテーマについて、みんなで学び合い語り合える空間です。これからも「知りたい」「話したい」を大切にしながら、丁寧な対話を重ねて企画を進めていきます。

3rd place
体験してみ隊

地域の参加者と一緒に気軽に楽しめるウォーキングコースの計画づくりを進めています。「ちょっとやってみたいな」を形にしていける場です。初参加歓迎しています

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>

助け合いの町づくりを進める「住民主体の団体」です。ご相談は事務局までお願いします
支援者が身近にいない方などが対象です。
付添、家事援助、見守り等(500円/1人1時間)、庭仕事等。事務局:渡邊

デイサービス

本年もどうぞよろしくお願い致します。

私たちが
安心安全に
送迎させて
いただきます。

横浜市
六浦デイサービスを
支えている
仲間たちです。

【お申込み・お問合せ】

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>

