

うみかぜ

vol.53

柳町地域ケアプラザ便り

第3回

柳町ふれあい感謝祭

令和5年11月23日(木) 雨天決行

11:00~13:00

会場:横浜市柳町地域ケアプラザ(柳町1-4)

金沢ひだまりの家、金沢福祉センターとの合同の感謝祭を4年ぶりに時間を短縮して開催いたします。皆さまのご来場、お待ちしております!

プログラム

11:00 開場

11:10~横浜市立六浦中学校吹奏楽部の
皆さんによる演奏

11:40~販売等スタート

13:00 終了

豪華景品が
当たるかも?
先着100本

くじ

ゲーム
コーナー

☆今回の目玉☆

かぼちゃん体験コーナー
空き缶つぶし機「かぼちゃん」が
ケアプラザにやってくるよ!
みんなでレッツリサイクル♪
ご自宅のアルミ缶をお持ちください
体験コーナーにも缶はございます。
体験された方にはお菓子の
プレゼントあります!

自主製品販売
(手芸・クッキー・
さをり織り・
和紙等...)

唐揚げ弁当
豚ロース塩麹弁当
お赤飯

合計限定
120食

りんごの
森のパン

新鮮野菜

★お弁当は数に限りがありますので売り切れの場合はご容赦ください
★感染症対策のため、館内でのお食事はご遠慮ください
★ご来場の際はマスク着用のご協力をお願いいたします

主催:柳町地域ケアプラザ・金沢ひだまりの家・金沢福祉センター
ご協賛:(株)ニコマックス様 (株)サントリービバレッジセントラル様
セレモホール金沢文庫様

お問い合わせは横浜市柳町地域ケアプラザ(790-5225)まで

感謝祭キャラクター
ししゃもちゃん

講演会報告

「私のエンディング、誰がやってくれるの～最期のときまでにやっておくこと～」
6/30（金）NPO法人「人生まるごと支援」理事長 三国浩晃氏をお招きし、開催いたしました。

年々、年を重ねていきますが・・・自分のこれからのことを考える貴重な時間となりました。

寸劇あり、笑いあり、涙？あり、楽しみながら考える時間でしたね。

ご協力頂きました皆様、ありがとうございました。



主催：金沢区基幹相談支援センター

共催：金沢区役所・障害者後見的支援室「帆海」・横浜市柳町地域ケアプラザ



高齢者の住まいについて



アロマセラピー

介護者のつどい

6/19（月）アロマセラピー、7/18（火）高齢者向け住まいの探し方・選び方について開催しました。香りで癒しのひと時となったり、高齢者向け住まいについては和やかな雰囲気の中、たくさん質問がでていました。

これからの予定

10/16（月）13:30～ グリーフケア
（思い出を語ろう）

11/20（月）13:30～ フラワーセラピー
お申し込みは地域包括支援センターまで

介護予防講座のおしらせ

長かった酷暑を乗り越え、食欲の秋、芸術の秋、スポーツの秋がやってきました！
皆で楽しく身体を動かしてみませんか？

令和5年11月2日（木）・29日（水） 13:30～15:00

「いつまでも自分らしく動くためにはロコモ予防！」（仮題）

講師 横浜市スポーツ協会 富田徹哉氏（どちらか1回の参加でもOKです。）



柳町地域ケアプラザの事業

地域活動交流

《但し、表示のある事業以外は無料です。》

☆事前にお申し込みの上、ケアプラザ来館時はマスク着用のご協力をお願いいたします。体調に不安がある場合は来館をお控えください。

♪待っていました♪ ケムケム座公演 ～ゆらゆらぼしのうえで～

4年ぶりのケムケム座さんの公演です。
激しい雨にいためつけられた橋は1本の丸太だけになっていました。1匹のうさぎがその丸太の橋に駆け込んできて…大人の方もどうぞ！

日 時：12月10日(日)
10:00～11:00

場 所：多目的ホール

定 員：30名位(先着順)

マット上での鑑賞です。
椅子席も何席かあります。



小学生お菓子作り

今回は「クリスマスリースクッキー」を作ります。
アラザン等で飾りつけをしてラッピングしましょう☆

日 時：12月23日(土) 10:00～12:30

場 所：多目的ホール、調理室

参加費：300円

定 員：6名(先着順)

持ち物：エプロン、タオル、三角巾

☆次回バレンタインお菓子作りは
令和6年2月3日(土)を予定しています。

♡あかちゃんといっしょ♡

日 時：10月20日・11月17日・12月15日
10:00～14:00(毎月第3金曜日)

☆ミニ講座は10:00～11:00

場 所：多目的ホール

参加費：10月100円、11月無料、12月500円

持ち物：おむつや飲み物など外出に必要な物、
お子さんの好きなおもちゃなど

♪偶数月の10月、12月は11:15頃からどんぐり
ころちゃんの読み聞かせがあります。

10月 3B体操

11月 エプロンシアター

12月 クリスマスフラワーアレンジ



お正月かざり

新しい年の幕開けに欠かせない、お正月飾り。
今年は手作りしてみませんか？

日 時：12月16日(土) 10:00～11:00

場 所：多目的ホール

材料費：1800円

定 員：10名(先着順)

持ち物：はさみ、ゴミ袋、持ち帰り用袋

講 師：内田 静江氏



過去の作品です
(イメージ)

おしゃべりカフェ



毎月15日開催。どなたでも参加できるカフェ
です。事前のお申し込みをお願いいたします。

日 時：毎月15日 13:00～14:15

場 所：多目的ホール

参加費：100円

定 員：20名

10月 二胡演奏

11月 和音さんの朗読

12月 エピリマイさんのフラダンス

☆催し物は、13:30からスタートです

♪催し物ボランティア募集♪

「おしゃべりカフェ」で趣味、特技を披露して
みませんか？

☆お茶会ボランティア募集☆

おしゃべりカフェの準備、お茶出し、片付け等
のお手伝いをしてくださる方を募集しています。

ケアプラザではボランティアさんを随時、募集しています！ご参加ください！

お問い合わせは (790-5225) まで

団体活動紹介

金沢区食生活等改善推進員会 六浦・六浦東地区
ヘルスマイト

横浜市委託事業「働き・子育て世代」

野菜 大好き!

「野菜たっぷり、塩分少なめ」をテーマに日頃の食生活を一緒に考えてみませんか?

日時: 11月25日(土) 13:00~14:30

場所: 柳町地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

参加費: 無料

定員: 20名(どなたでも 先着順)

内容: 「野菜をたっぷり食べる工夫」のお話
体験「野菜350g手計り」

「お味噌汁の塩分測定」

★お味噌汁を持参の方には塩分測定をいたします。

★レシピ集・資料を差し上げます。

申込み方法: 11/18(土)~11/24(金)の

15:00~17:00の間に三ツ木(701-9664)

までお電話でお申し込みください。

かっぽれ 遊海会

高齢者の集まりですが、ちょっとでも若く元気にと踊っています。

いつも青春、粋き活きかっぽれ!
メンバー募集中です。

是非見学にいらしてください!

活動日時: 土曜、日曜日(不定期)

13:00~

参加費: 1回850円

活動日等はケアプラザまでお問い合わせください。



柳町地域ケアプラザ案内図

《 交通案内 》

【電車・シーサイドライン】

金沢八景駅より 徒歩10分

【バス】京浜急行バス4系統

六浦橋より徒歩3分

(金沢文庫方面から利用の方)

六浦中学前より徒歩3分

(追浜方面から利用の方)

お車で

ご来館はご遠慮ください



すみなす会柳町
地域ケアプラザのHP
へのQRコードです!
是非ご覧になってく
ださいね。



車いす貸出ししています



柳町地域ケアプラザでは最長2週間、車いすの無料貸し出しをしています。
お問い合わせはお電話またはケアプラザ受付までお願いいたします。