

# 横浜市釜利谷地域ケアプラザ ディサービス通信



令和8年  
2月

令和8年1月25日発行  
発行責任者：今坂 多美子  
編集責任者：棚田 健次郎

1月のお食事トピックス



## 1月13日

「韓国風ランチ」  
サムゲタンスープ  
サムギョプサル風プレート  
ファチエ  
ごはん



美味しかったよ～

## 1月15日 ドッグセラピー



お楽しみのワンちゃんと一緒に  
の時間。笑顔がいっぱい  
のデイルームになりました。



次回は2月4日（水）です  
見学お待ちしております！

# 釜利谷地域ケアプラザディサービス 2月イベント情報



どのイベントも臨時利用ご相談ください！ご家族や地域の方も参加していただけるものもあります！

## スパ釜利谷 20日（金） 大根風呂

体を温め、冷え性改善、血行促進、老廃物排出、リラックス効果があります。

## 12日（木） おやつ作りサークル ミックスピッツア

自分だけのピッツアを作ろう！！



## お楽しみおやつ 26日（木）

金沢地域活動ホーム

## りんごの森

釜利谷地域ケアプラザ

パン工房から届くパンから、お好きなパンを1つ選べるおやつフレクリエーションです♪

## ドッグセラピー 4日（水）

ワンちゃんに  
いっぱい癒されちゃいましょう  
※次回の予定 令和8年3月10日（火）



## 純喫茶かまりや 19日（木）

皆さま豆から挽いた香り豊かなコーヒーを、カフェスペース「うみ」でケーキと一緒にいただきます♪



## 釜利谷体操教室のお知らせ

赤澤先生のお元気体操 月・金（隔週）

服部先生のリンパ体操 月1回

最近運動不足かな？もう少し身体を動かしたい！と思われた方は是非ご参加下さい。楽しいプログラムをご用意しています。日程は裏面にあります。

2月

# 釜利谷地域ケアプラザ予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
カラオケ大会	赤沢先生 体操	節分 イベント	ドッグ セラピー	ダンボール 和太鼓	リンパ体操	輪投げ
8	9	10	11	12	13	14
イントロ クイズ!	すごろく	小学生訪問	フライング ディスク	おやつ作り サークル	赤沢先生 体操	バスケット ボール
15	16	17	18	19	20	21
輪投げ	赤沢先生 体操	ストラック deビンゴ	紙芝居	純喫茶 かまりや	スパ釜利谷	脳トレ
22	23	24	25	26	27	28
まつたり カラオケ	アロマde リフレッシュ	避難訓練	ボウリング	りんごの森の パン	赤沢先生 体操	思い出話の会

2月の散髪は

5日(木)・9日(月)・24日(火)・27日(金)  
予約制になりますのでお早めにお申し込み下さい。

※変更になる場合もある為、申込前にご確認をお願いいたします。



インスタグラム、毎日更新しています！日々の様子を是非ご覧ください！

釜利谷地域ケアプラザ



ホームページも随時更新中！



横浜市釜利谷地域ケアプラザ デイサービス  
電話番号 045-788-2901



# 1月22日(木) おやつ作りサークル スノーボール



タコ焼きプレートで、カステラボールを作りました。中身はチョコチップを入れて、外側をココア・粉糖・ホイップクリームで飾りつけをしました。ほんのり甘くてあったかい、この時期にぴったりなおやつでした。



## 釜利谷麻雀クラブ

### 今、麻雀が熱い！！

毎週火・木・土の午後の時間に楽しく活動しています。

麻雀をすることで、

記憶力・集中力・判断力の向上！！

脳トレになりますよ。ルールがわからなくても大丈夫。

親切にお教えします。



## 高舟台小学校来訪

1月23日(金)



♪ 新聞リレー ♪

★ 巻き取り綱引き ★

高舟台小学校4年生の皆さんがあなたが7種類のレクリエーションを考え、準備して持つて来てくれました！3グループにわかれ一緒に楽しみました。

皆さん終始笑顔😊また来てね！



2月10日は釜利谷小学校の生徒さんが来てくれます！

旗揚げゲーム  
モルック  
輪投げ  
新聞リレー  
玉入れ  
ボーリング  
巻き取り綱引き

