



1970年代・80年代に旅をしよう!

お茶でもしながら“1970年代・80年代の洋楽を楽しんでみる”サロン

音楽を聴きながら語りあうもよし、一人思い出にふけるもよし、踊るもよし

6月27日(火)13:30~15:00 どなたでも 10名 無料 5/22~受付

※聴いてみたい曲をお申し込みの時に教えてください。

※100円で珈琲のご用意があります。



体にやさしいヨガ ~週末の体ほぐし~

5月13日(土)13:30~15:00 → 4/8~受付、

5月27日(土)13:30~15:00 → 4/22~受付

6月10日(土)13:30~15:00 → 5/13~受付

6月24日(土)13:30~15:00 → 5/27~受付

どなたでも 14名 1回500円

※フェイスタオル(約34cm×85cm程度のもの)をヨガで使用します。ご用意ください。

※ヨガマットはご用意しています。



~座ったままでできる健康体操~

月曜日には体操を!



5月8日(月)10:15~11:15 → 受付中

どなたでも 15名 300円

*次回予定 6/12

一緒に歌を歌いましょう!



5月19日(金)13:30~14:45 → 受付中

どなたでも 18名 400円

*次回予定 6/16



ドッグセラピー

6月8日(木)14:00~14:30

どなたでも 15名 無料

5/6~受付



介護者のつどい

介護している方や介護経験者等

5月17日(水)10:00~11:00 無料 受付中

かみりやサロン

5月25日(木)10:00~11:30

介護や認知症についての情報交換や介護の悩みなどを一緒にお話ししましょう。

医療や福祉・介護の専門職も参加します。

どなたでも参加できます。

無料 受付中

お気軽にご参加・お問い合わせください。



はいねずみのお針箱

5月31日(水)12:30~14:30

どなたでも 18名 無料

好きな手芸等(手芸、折り紙等々)を持ち寄って、午後のひとときを一緒に過ごしませんか?

お喋りだけのご参加も大歓迎です。

お一人で黙々と作品作りに熱中されるのももちろんOKです。



*次回予定 7/26

***** 参加にはお申込が必要です。当日でもお気軽にお問合せください。*****

障がいのある方は対象に関係なくご参加いただけます。入館者はマスクの着用をお願いいたします。

横浜市釜利谷地域ケアプラザ 地域活動・交流 電話 788-2901

釜利谷南2-8-1

釜利谷地域ケアプラザ



1 こんな言葉を電話で聞いたらサギだ!

- 急にお金が必要!用意して!
- キャッシュカードを預かります。
- ATMで医療費を還付します。

2 留守番電話設定のお願い!

- 犯人は留守番電話を嫌います。
- 常に留守番電話の設定を!
- 留守番電話が作動する前にとらないで!
- 迷惑電話防止機能付き機器の購入検討を!





きぐちゃんの からだ遊び・こころ遊び **麦わら帽子クラブ**



5月19日(金)10:30~11:30 → 受付中
6月16日(金)10:30~11:30 → 5/2~受付
おおむね 1~4 歳児と保護者 10組 無料

リズム体操遊び **Moo-Moo(ムームー)クラブ**

5月22日(月)10:15~11:15 → 受付中
6月26日(月)10:15~11:15 → 5/2~受付
おおむね 1 歳半~6 歳児と保護者 12組 無料



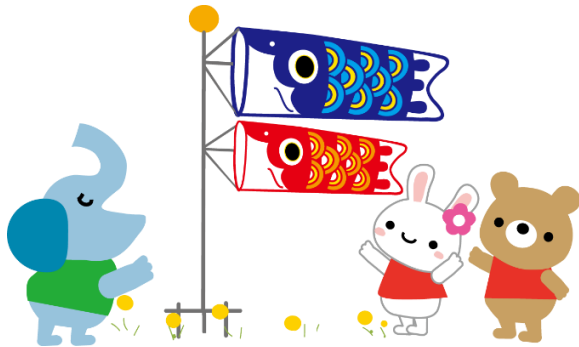
フラレール広場 (11:15~お片付け)

6月14日(水)10:00~11:30 → 受付中
8月16日(水)10:00~11:30 → 7/1~受付
どなたでも 10組 無料



おはなし会 6月19日(月)11:30~12:00

☆絵本☆わらべうた☆手遊び など
内容は子ども向けですが妊婦さんや興味のある大人もどうぞ。 申込み不要 無料



英会話・英語の歌・英語遊び等 楽しい時間を一緒に過ごしましょう!

かまりや英語クラブ

5月6日(土)13:30~14:30 *次回予定 6/3
知的障がい等ある方 16名 300円



かまりやボランティアポイント「ひこうき」



- ・この活動は、ボランティア活動を通して身近な社会のしくみの体験とライフスキル支援を目的としています。
- ・釜利谷地域ケアプラザ内でボランティア活動を行うと、ポイントがたまり、商品等と交換ができる制度です。
- ・障がいのある中学1年生から23歳までの方が対象です。詳細はお問合せください。担当：菅谷

***** 参加にはお申込が必要です。当日でもお気軽に お問合せください。*****

障がいのある方は対象に関係なくご参加いただけます。入館者はマスクの着用と検温の実施をお願いいたします。

横浜市釜利谷地域ケアプラザ 地域活動・交流 電話 788-2901 釜利谷南2-8-1

釜利谷地域ケアプラザ



発達に心配のある子どもをもつママのためのおしゃべり会「カモミール」

月に一度、発達に心配のある子どもがいるママ達が集まって「おしゃべり会」を開催しています。困ったこと、心配なこと、進路のことなどについて、一緒におしゃべりしませんか？

「ゆるいつながらい」をモットーに活動しています。会費・役員はありません。

対象：主に釜利谷地区在住で、普通級籍で支援の必要なお子さんのママ、支援学級・支援学校に在籍のお子さんのママ

活動日：5月19日(金) / 6月16日(金)

連絡先：chamomile.kamariya@gmail.com 担当：久保まで E-mail でお問合せください。

