

福祉保健活動のご紹介

霧が丘談和会

健康体操やぬりえ、懐かしい歌などを歌う憩いの場です。
参加費：100円/月 予約不要
当日直接会場にお越し下さい。
お問合せ：小川 ☎921-1520

霧が丘朗読会

古文の朗読や詩などについて談話しながら交流を深める場です。
参加費：無料 予約不要
当日直接会場にお越し下さい。
お問合せ：中村 ☎921-6515

友愛サロン

高齢者中心に誰でも参加できる気楽なサロンです。毎月第1火曜日
参加費：200円 要予約
お問合せ：高橋 ☎922-3021

霧が丘会食会

霧が丘地域にお住まいの75歳以上の方を対象とした食事会です。
参加費：1回300円 要予約
お問合せ：成瀬 ☎921-8010

子育てサロン

0~3歳くらいまでのお子さんと保護者が交流をする場です。
参加費：1回100円 予約不要
お問合せ：中井 ☎921-5488

霧が丘ひまわり教室

脳疾患で障がいを持たれた方を対象にリハビリを兼ねた活動をしています。
参加費：無料 予約不要
お問合せ：成瀬 ☎090-1403-6560

霧が丘絵画会

霧が丘の60歳以上の方が絵画を通じ仲間づくりをしています。
参加費：年額1,200円 予約不要
お問合せ：藤田 ☎922-4722

体操ひろば

介護予防・健康づくりのための体操をしています。
参加費：無料 予約不要
お問合せ：今泉 ☎922-9205

霧が丘囲碁愛好会

高齢者の脳活性化はもちろん地域の方との交流も広がられます。
参加費：300円/月 予約不要

ケアプラザ主催の事業

健康チェックの日

毎月第3水曜日に開催!

【8月の内容】

- 計測(身長、血圧、握力、腹囲、体組成測定)
- ロコモ度テスト

日時：8月21日(水)
10:30~11:30 受付

参加費：無料
申込み：不要



もくもくひろば

毎月第1・第4木曜日に開催中!

0歳~3歳くらいまでのお子さんとママの交流の場です。お子さんと一緒に気軽に遊びに来てください

日時：8月1日・22日(木)
10:00~11:30

参加費：無料 ※内容により材料費がかかる場合があります
申込み：不要



霧が丘ほっとる~む

「出張!あおぞら 霧が丘ほっとる~む」は、障害をお持ちの方やそのご家族が困ったことや聞きたいことを気軽に相談できる施設です。

日時：8月9日(金)
15:15~17:15

場所：多目的ホール1
参加費：無料
申込み：不要(直接会場にお越しください)



まちともカフェ

毎月第1・2・3月曜日に開催!

赤ちゃんづれのママやパパ、ご高齢の方等どなたでも気軽にお立ち寄りください。
「パソコン・スマホ相談」「ぬりえ」他、ゆっくりとした時間を過ごしませんか?

日時：8月5・12・19日(月) 13:00~15:00
参加費：無料 コーヒー・紅茶は1杯20円
かき氷50円



9月予告!!

ママFUNDAY

毎月第2木曜日に開催!

横浜創英大学こども教育学部の先生による親子で遊べるプログラムです。

日時：9月12日(木)
10:00~11:30

内容：「香りを楽しもう!」
お子さんにも安全な材料で、香りを楽しみながらリラックスしてみませんか?
香りの効果の解説もあります。

参加費：無料
申込み：予約制(先着順)
窓口又は電話にて ※保育はありません。

