10月 霧が丘地域ケアプラザ 事業カレンダー

事業に関するお問い合わせは
霧が丘地域ケアプラザ
920−0666

□・・・ケアプラザ主催の事業

日	月	火	水	木	金	土
					1 10:00～ 赤ちゃん教室	2
3	4 13:00～ まちともカフェ 13:00～ 絵画会	5 13:00～ まちとも将棋サロン 13:00～ きりとも 元気づくりステーション	6 9:30～ 霧が丘まちともはつらつ体操 10:30～ 元気アップ体操OB会 10:30～ 健康体操 13:00～ まちともGOサロン	7 13:00～ うたごえサロン 13:00～ 囲碁愛好会	8 ①9:15～ ②10:30～ 健康体操 10:00～ スマホ倶楽部 15:15～ 出張！あおぞら 霧が丘ほっと・る～む	9 10:00～ 体操ひろば
10	11 10:00～ 霧サポ手芸班 13:00～ まちともカフェ	12 10:00～ 談和会 13:00～ まちとも将棋サロン 13:00～ きりとも 元気づくりステーション	13 9:30～ 霧が丘まちともはつらつ体操 10:30～ 元気アップ体操OB会 10:30～ 健康体操 13:00～ まちともGOサロン	14 ①10:00～②11:15～ もくもくひろば 13:00～ 囲碁愛好会 14:00～ スケッチ水彩画	15 ①9:15～ ②10:30～ 健康体操 13:00～ 世界遺産を学ぼう	16
17	18 10:00～ 霧サポ手芸班 13:00～ まちともカフェ 13:00～ 絵画会 13:30～ ひまわり教室	19 10:00～ 子育てサロン 13:00～ まちとも将棋サロン 13:00～ きりとも 元気づくりステーション	20 10:00～(受付) 健康チェックの日 13:00～ まちともGOサロン 13:00～ スマホ倶楽部	21 10:30～ 会食会 13:00～ 囲碁愛好会	22 ①9:15～ ②10:30～ 健康体操 10:00～ 朗読会	23 10:00～ 体操ひろば
24	25 休館日	26 10:00～ 談和会 13:00～ まちとも将棋サロン 13:00～ きりとも 元気づくりステーション	27 9:30～ 霧が丘まちともはつらつ体操 10:30～ 元気アップ体操OB会 10:30～ 健康体操 13:00～ まちともGOサロン	28 ①10:00～②11:15～ もくもくひろば 13:00～ 囲碁愛好会 13:00～ ぬりえアート	29 13:00～ 霧が丘 はつらつウォーキング	30
31						

作成後に変更になる場合があります。詳しくは霧が丘地域ケアプラザまでお問合せ下さい。≪2021年10月4日現在≫

発行：横浜市霧が丘地域ケアプラザ　発行責任者：林ゆかり　電話：045-920-0666　FAX：045-922-6611
住所：〒226-0016　横浜市緑区霧が丘3-23　　開館時間：平日・土曜日9時～20時　　日祭日9時～17時
休館日：毎月第4月曜日（祝日の場合は翌火曜日）休館日は施設メンテナンスを行っておりますが相談業務（9時～17時）は通常通り承ります。その場合は電話連絡の上、北門からお入りください。

活動団体のご紹介

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　要予約
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　　要予約
お問合せ：中村 ☎921-6515

きりとも元気づくりステーション
太極拳や体操を通して健康づくり仲間づくりを行っています。
参加費：無料　要予約
お問合せ：上田 ☎090-9015-5643

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：無料　　要予約
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　要予約
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　要予約
お問合せ：梅津 ☎921-9103

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　　要予約
お問合せ：宮嶋 ☎922-2722

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げられます。
参加費：300 円／月　要予約
お問合せ：泉水 ☎921-4405

ケアプラザからのお知らせ

「霧が丘自慢フォトコンテスト」「川柳 2021」
～優秀作品賞決定～
ケアプラザ２階ホールにて優秀作品展示中

霧が丘の良いところを改めて見直すことができた写真や感染症の題材でありながら、くすっと笑える川柳に明るい気持ちにさせていただきました。来館者の共感も多数得られ、投票数につながりました。投票にご協力いただきました皆様にも心よりお礼申し上げます。ありがとうございました。

横浜市霧が丘地域ケアプラザ
LINE 公式アカウント始めました！

＼ お友達登録お願いします ／

霧が丘地域ケアプラザ

お友達登録すると、オンライン講座カレンダーや
講座情報が届きます！
講座のお申込みもとても便利になります♪

YouTube 配信
「うたごえサロン」
ケアプラザで開催している「うたごえサロン」をご自宅で楽しみましょう♪歌うことは脳の刺激になり、口腔の健康にとても良いとされています。
アコーディオンの伴奏で季節の歌・懐かしい歌を歌いましょう！

朧月夜　ふるさと

スマートフォン・タブレットからご覧になれます！



冬の夜　思い出のアルバム

「世界遺産」
人気講座「世界遺産」を YouTube で配信します。世界遺産になった理由・価値を写真を見ながらわかりやすく説明します！いつでも好きな時間に見ることが出来るので、おうち時間で楽しく学べます♪

白神山地　ブレナム宮殿　姫路城