

6月7日 10:30~12:30

# 百人一首かるた「横浜ちはや会」

## 百人一首を楽しむ

和歌への誘い、椅子に座って  
楽しく和気あいあい

参加費:無料



### 百人一首かるた「横浜ちはや会」ver.29

和歌の世界への誘い!

まずは初めての人も見学から 大歓迎

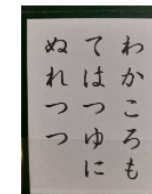
百人一首ゲームで認知症予防と若返り

百人一首の上の句、下の句を覚える→ 脳の活性化  
百人一首を読む → 発声、ストレス解消、口腔ケア  
カルタどどゲーム → 聴力の活性化、反射神経アップ  
和室ではなく、洋室で椅子に座って楽しむ→ 腰痛予防



文献調査研究して知的好奇心アップ

歌および内容を知りたい  
歌の作者および人となりを知りたい  
歌の時代背景、恋愛観および人生観等を知りたい



ゆかりの地巡り旅行を楽しもう

奈良...藤原京、飛鳥、香具山、谷どなど  
京都...高瀬川、桂川、嵐山、三益山、竜田川、谷どなど

介護施設利用者や学生と交流して楽しもう

地域ケアプラザを訪問しカルタ会をしたり、協働をしたい  
小学校を訪問してカルタ会をしたい  
鎌倉女子大学等の学園祭に訪問してカルタ会をしたり、  
百人一首研究の展示を見たい



場所 磯子区内公共施設等、港南区内公共施設等  
南区内公共施設等

日時 磯子区: 第2・第4日曜日 10時~12時  
港南区: 平日(曜日未定) 10時~12時  
南区: 平日(曜日未定) 10時~12時

費用 月2回 500円(1回あたり250円相当)  
支払 現金 OR スマホ決済(LINE pay)も可能  
連絡等にLINEグループを利用します  
申込先: 岩間寿々子



ホームページ QRコード



メールアドレス QRコード



百人一首を通して交流しました。  
話し合いにはスタッフも参加しました。

(参加者より感想)

- ・どのように活動しているか様子がわかりました。
- ・ありがとうございました。



6月7日 10:30～12:30

# 百人一首かるた「横浜ちはや会」

磯子区グループ・団体登録

みなで和気あいあいと楽しく百人一首カルタをしています。カルタ取りゲームをしたい方、和歌を覚えたい方、作者・時代背景を把握した方、ゆかり地巡りしたい方大歓迎です。福祉保健施設、学校等を訪問し、ボランティア交流活動を行います。

活動対象者：どなたでも  
活動日時：第2・4日曜日  
時間：10:00～12:00  
会費：月2回500円（1回あたり250円相当）  
主な活動場所：磯子区内公共施設等

お問い合わせ：いそご区民活動支援センター  
045-754-2390