



横浜市樽町地域ケアプラザ からのお知らせ 令和7年 6月号

発行第271号 指定管理者
社会福祉法人横浜共生会
横浜市樽町地域ケアプラザ
港北区樽町1-22-46
TEL532-2501 FAX533-0025
発行責任者：藤塚政敏

横浜市樽町地域ケアプラザ主催講座

成年後見制度について

「成年後見制度って聞いたことはあるけど、どんな制度なのかよく分からない」「今後のために
知っておきたい」といった方向けに、成年後見制度の講座を開催いたします。

日 時：令和7年6月26日（木）13：30～15：00
会 場：樽町地域ケアプラザ 2階多目的ホール
定 員：25名 先着順 ※要予約
参加費：無料
講 師：所 博之 司法書士
（公益社団法人 成年後見センター・リーガルサポート神奈川県支部）
申込み：6月2日（月）9：00～ 電話又は窓口にて受付



ご近所の先生シリーズ

笑いヨガ&音楽の時間

元気で健康に！ 笑って 歌って 楽しもう

日ごろ笑ってますか～(^_^)♪

「笑いヨガ」とは、笑いヨガの呼吸法を組み合わせた**笑いの健康体操**です。
身体を動かしながら歌って、心身共にすっきりとし、元気になりましょう。



日 時：令和7年6月30日（月）13：30～15：00
会 場：樽町地域ケアプラザ 2階多目的ホール
対 象：概ね65歳以上の方
参加費：100円（お茶菓子代）
定 員：20名 先着順 ※要予約
申込み：6月5日（木）9：00～ 電話又は窓口にて受付

講師：金子ひろ子 氏

♪ラフター（笑い）ヨガ認定リーダー
♪認知症予防音楽体操指導員
♪音楽療法士



GoGo知る活！学ぼう フレイル予防と介護の基礎知識

横浜市樽町地域ケアプラザ 主催『GoGo健康！講座』

自分自身のフレイル予防に加え、介護をする/されることの備えも学ぶ講座です。
ぜひ、お気軽にご参加ください。

日時	場所	内容
7月2日（水） 13：30～15：00	樽町地域ケアプラザ 2階多目的ホール	栄養改善、食事の工夫 やわらか食の調理、脱水予防など

対 象：概ね65歳以上の方やご高齢のご家族がいる方
参加費：500円（材料費として）
定 員：10名 先着順（前日まで受付）※要予約
持ち物：エプロン、上履き、飲み物、筆記用具



お申込み・お問い合わせ
横浜市樽町地域ケアプラザ TEL：045-532-2501



令和7年6月

横浜市榎町地域ケアプラザ イベントカレンダー

*各イベントのお問い合わせ先 横浜市榎町地域ケアプラザ TEL:532-2501

日	月	火	水	木	金	土	
1 	2	3 9:30～ <u>子育て支援者 会場</u> 17:30～ 申 参 <u>樽町なごみ食堂</u>	4 10:00～ <u>ちびたる</u> 13:30～ 申 参 <u>元NHK「おはよう日本」 リポーターに学ぶ 元気力アップ↑講座</u>	5 10:00～ <u>ほほえみ</u> <u>(園芸ボランティア)</u> 10:00～ 申 <u>GOGO知る活！ 学ぼう</u> 会場：つなしま交流室 12:00～ 申 参 <u>ミニ樽サロン</u>	6 	7 10:00～ 参 <u>地元樽町志隆の会</u> (歌と落語)	
8 10:00～ <u>樽町ボッチャ 同好会</u>	9	10 9:30～  <u>子育て支援者 会場</u>	11 13:00～ <u>囲碁将棋サロン</u>	12	13 13:30～ 参 <u>たるちゃんカフェ</u> 会場：つなしま交流室	14	
15 	16	17 9:30～ <u>子育て支援者 会場</u>	18 10:00～ <u>赤ちゃん会</u> ※申込不要になりました	19 10:00～ <u>ほほえみ</u> <u>(園芸ボランティア)</u>	20 10:00～ <u>ちびたる</u> 12:00～ 申 参 <u>樽町わかば会</u>	21 10:00～ 参 <u>地元樽町志隆の会</u> (歌と落語) 12:30～ 申 <u>モルック体験</u>	
22	23 休館日	24 9:30～  <u>子育て支援者 会場</u>	25 	26 13:30～ <u>成年後見講座</u>	27 13:30～ 参 <u>ふれあい広場 花しょうぶ</u>	28	
29 	30 13:30～ 申 参 <u>笑いヨガ& 音楽の時間</u>	・赤字 親子の交流 ・青字 ケアプラザ事業 (ケアプラザ会場以外のみ場所記載) ・緑字 地域が主催の事業 ・申 申込制 ・参 参加費あり					・たるちゃん文庫(6月のお休みは23日です) ご利用時間 午前10時～12時・午後13時～15時 ・ 玄関前マルシェ(福祉作業所販売) ※雨天中止

横浜市榎町地域ケアプラザチームオレンジ事業 認知症講演会



忘れても、忘れられないまちに。 ～認知症にやさしい社会とは？～



私たちが暮らす地域には、色々な人がいます。認知症の本人も、地域住民の一人です。相手を正しく知ることが、やさしい社会づくりの第一歩となります。今回は認知症をテーマに、地域で活躍している3人の講師をお招きいたします。どうぞお気軽に、お申込みください。

日 時：7月3日(木)10:00～11:30
場 所：ミズキーホール音楽ルーム
(綱島東1-9-10新綱島スクエア4階)
参加費：無料
定 員：30名※先着申込順
申込み：6月9日(月) 9:00～
電話又は窓口にて受付

講師：阿部 佳子氏

『やまと診療所 日吉』院長、認知症サポート医

講師：唐戸 真紀子氏

IHTA認定ヨガインストラクター、介護予防運動指導員
元ケアマネジャー、認知症サポーター

講師：本間 克之氏

克美企画 代表、國學院大学ゲスト講師、介護福祉士
『プラチナ世代交流フリーペーパーえがお』編集長

《横浜市榎町地域ケアプラザ案内》

〒222-0001 横浜市港北区榎町1-22-46 TEL: 045-532-2501 FAX: 045-533-0025

ホームページ<https://www.y-kyousei.or.jp/tarumachi-cp/> 地域活動交流ブログ<http://ameblo.jp/taru-cp/>

※駐輪場はありますが、駐車スペースがございません。お車でのご来館はご遠慮ください。

