

横浜市岩崎地域ケアプラザだより

5月号



令和 7年 5月 1日
発行所 横浜市岩崎地域ケアプラザ
責任者 町田 貴宏
住所 〒240-0015
横浜市保土ケ谷区岩崎町37番5号
TEL 045(334)1551
FAX 045(334)1500
相談電話 045(334)1545

～横浜市岩崎地域ケアプラザ事業～

もくようびのすまいる開催！

日にち：令和7年6月19日（木） 場所：横浜市岩崎地域ケアプラザ
※詳細は「星」6月号でお知らせします
受付開始は6月初旬

今回の内容は…

● インクルボッチャ ●

インクルボッチャとは子どもから高齢者、障がいのあるなし問わず、誰とでも一緒にできる「楽しむ」ボッチャです。

前半はインクルボッチャについての講義、後半は実際にボッチャを思いっきり楽しもうという企画です。ぜひ、みんなで楽しむひとときを過ごしてみませんか！

行政書士による
「くらしの相談会」



① 10:00～10:45

② 11:00～11:45

(要予約：先着2名)

フラダンス教室スタート！

4月17日（木）よりフラダンス教室がスタートしました。

- ・日時：毎月第3木曜日、13:30～14:30
但し6月、9月、12月、3月は第1木曜日（8月、1月は休み）
- ・場所：横浜市岩崎地域ケアプラザ多目的ホール
- ・参加費：無料
- ・対象：地域のかた、どなたでも
- ・申込み：受付中、下記まで



申し込みお問合せはTEL045-334-1551 横浜市岩崎地域ケアプラザ地域活動事業課まで

横浜市岩崎地域ケアプラザのホームページはこちらでご覧いただけます。

URL: <https://nadeshiko.or.jp/iwasakicp/index.html>



2次元コード

～貸室団体紹介～

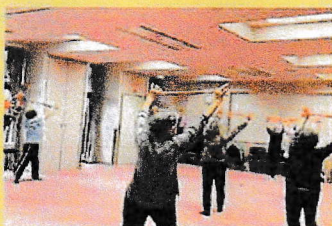
さくら会



この日は13名の方が参加。ゴムバンドを使った体操などで身体を動かされていました。

転倒予防を目的とした体操教室です。ストレッチなどを中心に無理なく楽しく身体を動かして健康維持を図っています。活動日は毎月第2第4金曜日です。参加希望の方はまず体験をお試ください。(申し込みは当ケアプラザまで)

佐塚先生の分かりやすい指導



5月の活動は
9日(金)、23日(金)
です



～横浜市岩崎地域ケアプラザ自主事業～

ちくちくサロン (裁縫等)

予約不要 (お気軽にどうぞ)

- ★毎月第3水曜日開催
- ★1月・8月は休み



飲み物 メニュー

- ・コーヒー
- ・緑茶
- ・紅茶



初めての方
裁縫が得意でない方
大歓迎です!!
のんびりとおしゃべり
をしながら、始めてみ
ませんか?

時 間: 13:00~15:00

の間に出入り自由

場 所: 1階ボランティアルーム

持ち物: なし 費用: 無料

内 容: 雑巾・アクリルたわし・
足ふきマット・巾着などから
好きな物を作成



★ある程度作品が集まったら、
みんなで福祉施設等に
届けに行く機会もあります

～今月のコラム～

皆さんいかがお過ごしでしょうか。地域活動交流コーディネーターの沖野です。5月ですね。5月といえば暑からず寒からずなにをするにも快適な季節。一年中5月ならいいのにとおもいますがそうすると人間進歩がなくなるんでしょうね。こちらの近くには保土ヶ谷公園があり行楽には格好のスポットなんです。私は通勤で通るか仕事でしか行ったことがなくていつか保土ヶ谷球場で高校野球を観てみたいと思っています。まあちっちゃな夢なのですぐに叶うと思いますが…

5月の休館日

26日(月)

＜交通案内＞

JR保土ヶ谷駅西口より

- ・市営バス25系統 横浜駅西口 保土ヶ谷駅西口行き
「花見台」下車徒歩7分
- ・市営バス22系統 保土ヶ谷駅西口行き
「花見台西」下車徒歩9分

相鉄線星川駅より

- ・市営バス25系統 保土ヶ谷駅西口行き
「花見台」下車徒歩7分



横浜市岩崎地域ケアプラザだより

6月号



発行者
責任者
住所

令和 7年 6月 1日

横浜市岩崎地域ケアプラザ

所 長 町田 貴宏

〒240-0015

横浜市保土ケ谷区岩崎町37番5号

TEL 045 (334) 1551

FAX 045 (334) 1500

相談電話 045 (334) 1545

～横浜市岩崎地域ケアプラザ事業～

もくようびのすまいる開催！

日時：令和7年6月19日（木）

場所：横浜市岩崎地域ケアプラザ



● インクルボッチャ ●

インクルボッチャとは子どもから高齢者、障がいのあるなし問わず、誰とでも一緒にできる「楽しむ」ボッチャです。

前半はインクルボッチャについての講義、後半は実際にボッチャを思いっきり楽しもうという企画です。

みんなで楽しいひとときを過ごしてみませんか！

- ・ 時間…10時～12時
- ・ 場所…横浜市岩崎地域ケアプラザ 多目的ホール
- ・ 定員…15名
- ・ 持ち物…汗をかくので飲み物
動きやすい服装で



費用は無料です

行政書士による

「くらしの相談会」

① 10:00～10:45

② 11:00～11:45

(要予約：先着2名)



6月2日10時より受け付け開始 TEL045-334-1551 横浜市岩崎地域ケアプラザまで

7月19日（土）●講座&ゆったりとーく（介護者のつどい）6月1日10時より受け付け

講座「介護サービスのいろは」

時間：10:30～11:25

対象：介護者

（これから介護をする予定がある方などもOKです）

定員：10名程度

場所：どちらも1階 地域ケアルームにて開催

ゆったりとーく（介護者のつどい）

時間：11:35～12:00

（延長あり。最大12:30まで）

対象：介護者 定員：5名程度

講座の後に日頃の介護に関する「イライラ」

「もやもや」「ニコニコ」など、話をしませんか。

横浜市岩崎地域ケアプラザのホームページはこちらでご覧いただけます。

URL: <https://nadeshiko.or.jp/iwasakicp/index.html>



2次元コード

～横浜市岩崎地域ケアフラゲ事業～

フラダンス教室

昨年3月開催のご好評にこたえて今年度より月に1回（1月8月を除く）のフラダンス教室がスタートしました。

4月17日の初回は16名（定員20名には到達）のかたが参加されて先生の指導のもと1時間のフラダンスのレッスンを楽しまれました。初心者のかたがほとんどで、終わる頃には皆さん打ち解けられ笑顔で帰られたのが印象的でした。

（現在は定員を満たしているので新規参加者は募っておりません。）



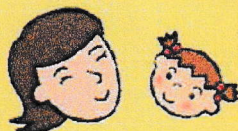
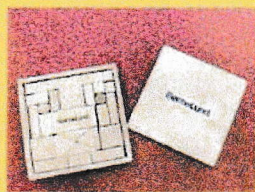
こどもランドのご案内

フリースペースに集まったみんなで遊びましょう

日 時：毎月 第1・第3 土曜日
10:00～14:00

6月開催予定
7日・21日

対 象：4歳までのお子さんと保護者
参 加 費：無料
申 込 み：当日お越しください



～今月のコラム～

みなさんいかがお過ごしでしょうか？6月ですね。しばらくは鬱陶しい梅雨の季節ですがこちらでは4月からフラダンス教室がスタートして月に1回、梅雨を通り越して夏のハワイの気分でみなさんレッスンを楽しまれています。もとはと言えば去年の単発でのフラダンス教室が好評で今年度より定期開催を行う運びとなりました。また、夏頃にはポッチャクラブも自主事業として開始しようという計画もありますので、正式に決定した際にはまた広報紙「星」等でお知らせします。よろしくお願いいたします。

地域活動交流コーディネーター 沖野

6月の休館日

23日(月)

＜交通案内＞

JR保土ヶ谷駅西口より

- ・市営バス25系統 横浜駅西口 保土ヶ谷駅西口行き
「花見台」下車徒歩7分
- ・市営バス22系統 保土ヶ谷駅西口行き
「花見台西」下車徒歩9分

相鉄線星川駅より

- ・市営バス25系統 保土ヶ谷駅西口行き
「花見台」下車徒歩7分

