

# 霧が丘地域ケアプラザ 7 月事業カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
夏休み こどもプログラム 夏休みこども プログラム ケアプラザ主催の事業			9:30～ はつらつ体操 10:30～ 元気アップ体操OB会 10:30～ 健康体操 ①13:30～②14:50～ うたごえ倶楽部	13:00～ 囲碁愛好会	10:00～ 赤ちゃん教室	
6	7	8	9	10	11	12
	13:00～ まちともカフェ 13:00～ 絵画会	10:00～ 友愛サロン 13:00～ まちとも 囲碁将棋サロン	9:30～ はつらつ体操 10:30～ 元気アップ体操OB会 10:30～ 健康体操	10:00～ 親子で Let's Enjoy English ※応募者多数の場合2部制 13:00～ スケッチ水彩画 13:00～ 囲碁愛好会	9:45～ 健康体操 14:00～ 霧が丘ほっと・る〜む	10:00～ 体操ひろば
13	14	15	16	17	18	19
	9:30～ 霧サポ手芸班 13:00～ まちともカフェ 13:30～ ひまわり教室		10:00～(受付) 健康チェックの日	13:00～ 囲碁愛好会	9:45～ 健康体操 13:30～ 世界遺産を学ぼう	
20	21	22	23	24	25	26
	9:30～ 霧サポ手芸班 13:00～ まちともカフェ 13:00～ 絵画会	10:00～ 談和会 10:00～ みんなで作ろう! オリジナルせっけん 13:00～ まちとも 囲碁将棋サロン	9:30～ はつらつ体操 10:30～ 元気アップ体操OB会 10:30～ 健康体操	10:00～ もくもくプラス 親子リトミック ※応募多数の場合2部制 13:00～ ぬりえアート 13:00～ 囲碁愛好会 13:30～ こども囲碁将棋教室	9:45～ 健康体操 10:00～ はじめての終活講座 (第2回Fノート)	10:00～ 体操ひろば
27	28	29	30	31		
	休館日	10:00～ チャイニーズクッキング	9:30～ はつらつ体操 10:30～ 元気アップ体操OB会	10:00～ もくもくひろば ホームカミングデー ※応募者多数の場合2部制 13:00～ 囲碁愛好会 13:30～ こども囲碁将棋教室		

事業に関するお問い合わせはこちらへお願いします ☎045-920-0666

発行：横浜市霧が丘地域ケアプラザ 発行責任者：齋藤 弥生 電話：045-920-0666 FAX：045-922-6611

住所：〒226-0016 横浜市緑区霧が丘 3-23 休館日：毎月第4月曜日（祝日の場合は翌火曜日）

開館時間：平日・土曜日 9時～21時（夜間施設利用が無い場合に限り18時閉館） 日曜日 9時～17時

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。 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。 <<2025年6月20日現在>>

# 活動団体のご紹介

お問い合わせはケアプラザまで♪



団体名	活動内容	活動日	参加費
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	第1.3月曜日	年額：1,200円
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	第3火曜日 ※祝日の場合は前週	無料
友愛サロン	仲間づくりをしながら介護予防をしています	第2火曜日	開催内容による
霧が丘談和会	健康体操やめりえ、懐かしい歌などを歌う憩いの場です	第4火曜日	1回：100円
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	毎週木曜日	年額：1,200円
霧が丘会食会	霧が丘地域にお住いの75歳以上の方を対象とした会食会です	第3木曜日	1回：300円
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	第2.4土曜日	1回：200円

## 霧が丘ケアプラザからのお知らせ

令和7年7月

いよいよ夏休み☆横浜市霧が丘ケアプラザで楽しく学ぼう！楽しく作ろう！

### 夏休み子どもプログラム

申込期間：6月30日(月) 10:00～7月18日(金) 17:00まで  
電話・窓口にて、保護者からのお申込みに限ります

<b>7/22 (火)</b> みんなでつくろう！ <b>オリジナルせっけん</b> 時間：10:00～11:30 場所：多目的ホール2 対象：小学生30名(先着順) 費用：200円	<b>7/29 (火)</b> チャイニーズ <b>クッキング教室</b> 時間：10:00～13:30 場所：多目的ホール1、調理室 対象：小学生10名(先着順) 費用：300円	<b>8/4 (月)</b> ストーンアートに <b>挑戦！</b> 時間：10:00～11:30 場所：多目的ホール1 対象：小学生20名(先着順) 費用：無料
<b>8/5 (火)</b> カイコの話と <b>まゆ玉工作</b> 時間：10:00～11:30 場所：多目的ホール1 対象：小学生20名(先着順) 費用：100円	<b>8/7 (木)</b> 色画用紙を使って <b>絵手紙を描こう！</b> 時間：10:00～11:30 場所：多目的ホール1 対象：小学生20名(先着順) 費用：無料	日にち：7/24.31・8/7.14.21 <b>木曜日</b> 子ども囲碁 <b>将棋教室</b> 時間：13:30～15:00 場所：モランティアルーム、地域ケアルーム 対象：小学生20名(先着順) 費用：無料

**- 来館時の注意 -**

- 上履き・水分補給の飲み物をお持ちください
- 低学年(1・2年生)の方は保護者の方と一緒に来ましょう
- キックボード・自転車等の乗り物を使わず歩いて来てください
- 送り迎えの車・バイクのご利用はご遠慮ください

0歳～3歳くらいまでのお子さんとその養育者の交流の場

### 「親子で Let's Enjoy English」

英語の音楽や絵本に触れながら親子で楽しく学びましょう☆

日時：7月10日(木)  
月齢に分かれて二部開催  
①10:00～10:30 0歳～1歳  
②10:45～11:30 2歳～未就学児

場所：多目的ホール1 参加費：無料  
対象：応募者多数の場合2部制にて開催

～人生の最後まで自分らしく過ごしたいと思いませんか？～

### 「初めての終活講座(第2回Fノート)」

ファイナンシャルノート(Fノート)はお金のことを見直し、考えや希望をご家族や親しい方などに残すためのものです！  
MSO 研究部と霧が丘地域ケアプラザで作成したオリジナルファイナンシャルノート(Fノート)を当日お渡しいたします！

日時：7月25日(金) 10:00～11:30  
場所：多目的ホール1 参加費：無料  
定員：30名(先着順)  
講師：MSO 研究部 見崎 俊輔 氏(霧が丘在住)

LINE お友達募集中！

Instagram フォロ-お願いします



お友達登録すると、講座情報が届きます！講座のお申込みがとても便利になります♪



霧が丘地域ケアプラザで開催した講座の様子やお知らせなどを写真でご覧いただけます♪

KIRIGAOKACAP

～講座のお申し込みは、電話・窓口・公式ラインにてご予約をお願いします～