

(活動類型：通所)

団体名： 特定非営利活動法人夢・コミュニティ・ネットワーク

(磯子区)

○活動名：コミュニティステーション夢まる

○プログラムの概要：健康体操、健康麻雀・囲碁将棋等

○特徴：一人ひとりが役割をもって生き活きと参加できる場、男性向け活動も推進

○料金：要支援者等 年間登録料500円(フリーパス)、プログラム参加費300円



コミュニティステーション 夢まる
横浜サービス、活動B等
補助事業
対象：磯子区および南区在住の方

介護予防プログラム
毎週水曜日
午前 健康体操 10:30~11:30
午後 健康麻雀・囲碁将棋 12:00~15:00

介護予防プログラム1回 300円
※午前・午後両方参加の場合は400円
●定員1・2の指定者および事業対象者の特例
●2026年度限定 年間500円のみで利用可能
●寛政の場合は優先利用
●新たに定員1・2の指定を受けた方、指定のチェックを希望される方はスタッフまでお声かけください

地域での仲間づくり 社会参加
元気なうちからはじめよう！
「夢まる」では仲良く、楽しく、仲間づくりを大切に活動しています。また、住民生活の場のため健康・片付けなどは参加者全員で行っています
※ご健康とご協力をお願いいたします

ご利用・見学に際すお問い合わせ
法人代表 NPO法人夢・コミュニティ・ネットワーク
〒235-0011 磯子区丸山2-9-17 1階
横浜駅西口徒歩15分 徒歩10分 徒歩5分
☎045-342-7879
受付時間 月～金 10:00～15:00
【駐車場・バス停】より徒歩約2分

(URL : <https://yumecomi.net/wp01/volunteer/>)

○団体からのPR・コメント：地域での仲間づくりと、参加者の得意を活かした活躍の機会を大切に活動しています。近隣小学校や地域団体、子ども食堂、親と子のつどいの広場「夢たま」等と交流するなど、地域と連携しながら取り組んでいます。お気軽にお立ち寄りください。

プログラム例（水曜日）

10:30～11:30 健康チェック、健康体操

11:30～12:00 入れ替え・交流

12:00～15:00 健康麻雀・囲碁将棋