



横浜市 樽町地域ケアプラザ

令和8年 7月号

発行第284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



令和8年7月25日(土)

※雨天の場合は26日(日)に順延

時間：17:00～20:00

会場：樽町地域ケアプラザ

樽町連合町内会主催の「樽町盆踊り大会」も
樽町しょうぶ公園で同時開催！

祭 主なイベント 祭

- ・花しょうぶ cafe
- ・介護予防普及啓発コーナー
- ・地区活動紹介コーナー 他



令和8年度 横浜市樽町地域ケアプラザ主催

綱島

GoGo健康！講座 ～フレイルを予防しましょう～

フレイルとは、介護が必要になる手前の状態です。
無理なく自分のペースで取り組めるセルフケアを学んでみませんか？
計3日間の連続講座、単発参加もOK！

日にち
内容

- ① 9月24日(木) 栄養講座・ロコモ予防体操
- ② 10月22日(木) 口腔講座・ロコモ予防体操
- ③ 11月26日(木) ロコモ予防体操・お役立ち情報ミニ講座

時間

全て10:00～11:30

会場

つなしま交流室 (港北区綱島西2-11-5 シュロスオータニ綱島2階)

定員

10名 (事前申込・先着順)

参加費

無料

対象

概ね65歳以上の方

持ち物

飲み物、筆記用具

講師

体操…松村 祥子 先生 (メディカルフィットネスにこっと)
栄養…古家 杏香 先生 (みずほクリニック港北)
口腔…宮前 佳子 先生 (港北区歯科医師会)

申込み

8月25日(火) 10:00～ 窓口又はお電話にて



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

日	月	火	水	木	金	土
 ・桃字 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			1 10:00～ <u>ちびたる</u> 	2 10:00～ <u>ほほえみ</u> (園芸ボランティア) 12:00～ <u>参 申</u> <u>ミニ樽サロン</u> (精神保健サロン) 	3 13:30～ <u>参 申</u> <u>サロンつくし</u> (高齢者向けサロン) 	4 10:00～ <u>申</u> <u>モルック体験</u> 10:00～ <u>申</u> <u>行政書士</u> <u>無料相談会</u>
5 	6 	7 9:30～ <u>子育て支援者会場</u> 17:30～ <u>参 申</u> <u>樽町なごみ食堂</u> (地域食堂) 	8 13:00～ <u>囲碁将棋サロン</u> 	9 13:30～ <u>申</u> <u>GoGo健康！講座</u> (ロコモ予防体操・栄養講座)	10 13:30～ <u>参</u> <u>たるちゃんカフェ</u> 	11 10:00～ <u>参 申</u> <u>ご近所の先生</u> <u>はじめてのかぎ</u> <u>針編み体験教室</u>
12 10:00～ <u>参</u> <u>樽町ボッチャ</u> <u>同好会</u>	13	14 9:30～ <u>子育て支援者会場</u> 	15 10:00～ <u>赤ちゃん会</u> 	16 10:00～ <u>ほほえみ</u> (園芸ボランティア) 	17 10:00～ <u>ちびたる</u> 	18 10:00～ <u>参</u> <u>地元樽町志隆の会</u> (歌と落語) 
19	20 12:00～ <u>参 申</u> <u>樽町わかば会</u> (高齢者向け昼食会) 	21 9:30～ <u>子育て支援者会場</u> 	22	23 	24 13:30～ <u>参</u> <u>ふれあい広場</u> <u>花しょうぶ</u> (高齢者向けミニ デサービス) 	25  17:00～20:00 <u>樽ケアまつり</u> (雨天の場合は 翌26日へ順延)
26 	27 休館日	28 9:30～ <u>子育て支援者会場</u> 	29 	30	31  玄関前マルシェ (福祉作業所販売) 夏季はお休みです	


・たるちゃん文庫 (7月のお休みは27日です) ご利用時間 午前10時～12時・午後13時～15時

ご近所の先生シリーズ



海洋プラスチックを使った アップサイクルアクセサリー作り

夏休み
親子で
学び楽しむ

海に流れ着いたプラスチックごみが、生きものたちにどんな影響を与えているかを親子で楽しく学びます。お話の後には、実際に回収されたプラスチックを使って、キーホルダーやアクセサリー作りにチャレンジしていただきます。みなさんで海のことを学びながら、世界に一つだけの作品を作りましょう!

日時: 令和8年8月22日(土)

10:00～11:30(受付 9:45～)

会場: 樽町地域ケアプラザ 2階多目的ホール

定員: 10組(親子で参加できる方) 先着順(要予約)

講師: Stella オーシャンアップサイクルアーティスト
Makiさん・Yumiさん

参加費: お一人500円(材料費として)

持ち物: マスク(手袋はこちらでご用意いたします)

※レジン液を使用するため、匂いを強く感じる場合があります。

申込み: 8月5日(水) 10:00～ 窓口又はお電話にて受付

★ワークショップ内容★

①海のお話

海洋プラスチックについて楽しく学ぼう!

②アクセサリー作り

海で集められたプラスチックを使って、キーホルダーやアクセサリーを作ろう!




《横浜市樽町地域ケアプラザ案内》

〒222-0001 横浜市港北区樽町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。

