

カルチャー広場

8月

お休み

9月

開催日：9月12日(金)
 時間：13:30~14:30
 内容：ハンドケアでリラックス
 参加費：500円
 受付：8月15日(金)
 13:30~



10月

開催日：10月10日(金) 
 時間：9:00~11:30
 内容：八聖殿にいきましょう
 参加費：無料
 (但し交通費は自己負担)
 受付：9月16日(火)
 13:30~

横浜市鶴ヶ峰地域ケアプラザだより



千羽鶴

令和7年6月25日発行
発行：横浜市福祉サービス協会
横浜市鶴ケ峰地域ケアプラザ
住所：横浜市旭区鶴ケ峰1-38-3
電話：045（382）6070
FAX：045（382）6071
<http://www.hama-wel.or.jp/office/tsurugamine/>
責任者：所長 志賀 厚

地域版第97号 ～令和7年度夏～

～ 所長交代のご挨拶 ～

【着任の挨拶】 神崎 さゆり

はじめまして。7月より横浜市鶴ヶ峰地域ケアプラザ所長に着任いたしました、神崎さゆりと申します。日頃より、地域の皆さまには、温かいご支援とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。私は平成9年ヘルパーとしてサービス協会に入職後、約28年間、主に訪問介護などの事業を行う介護事務所で勤務しておりました。地域ケアプラザ勤務は初めてで不安もありますが、地域の皆さまの声を真摯に受け止め、一日でも早く地域に馴染めるよう、精一杯努めさせていただきます。これからも地域の皆さまが安心して過ごせるよう、身近で頼れる地域福祉の拠点として、職員一同、一生懸命取り組みでまいりますので、ご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

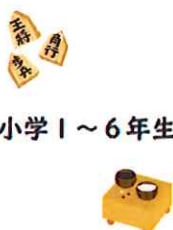
【異動の挨拶】 志賀 厚

私事ではございますが、この度、7月1日付で法人本部の人事課へ異動することとなりました。2年3か月という短い期間ではありましたが、鶴ヶ峰の皆さまからいただいた温かいご支援の数々、心から感謝しております。皆さまとの出会いと鶴ヶ峰の地域福祉に関わらせていただいた経験は、私にとって大きな財産となりました。今後もこれまでの経験を活かして全力で業務に取り組む所存です。

末筆ではございますが、鶴ヶ峰の益々の発展と皆さまのご多幸、ご健勝を心よりお祈り申し上げます。

引き続き、鶴ヶ峰地域ケアプラザをどうぞよろしくお願いいたします。

夏休みはケアフラザへ行こう！

事業名・イベント名	日 時	対 象	定 員	費 用	講 師	内 容
地層について 学んでみよう 7月10日 10時～受付 TELにて先着順受付	7月26日 (土) 10:30～11:30	 小学1～6年生 (低学年は 保護者同伴)	35名	200円	横浜市 八景殿郷土資料館 館長 相澤竜次氏	【地層ってなあ～に?!】 地層は、なぜしまよになっているの？ どんな物でできているの？ そんな疑問を学んでみよう♪
こども クラフトDay 7月15日 10時～受付 TELにて先着順受付	8月 5日 (火) 10:30～11:30	 小学1～6年生 (低学年は 保護者同伴)	10名	500円	生活介護事業所 ミコミコ	【アイロンビーズ】  電車型の貯金箱を作ろう
	8月12日 (火) 10:30～11:30		10名	500円	地域生活支援センター ほわほわ	【羊毛フェルト】  フェルトのワッペンを作ろう
子ども将棋・ 囲碁サロン ※お申し込み不要です 直接来てください	8月 1日(金) 8月15日(金) 8月22日(金) 各日 10:00～14:00	 小学1～6年生	なし	無料	鶴ヶ峰地区 社会福祉協議会 『ふれあいサロン部』	将棋・囲碁が 好きな小学生集まれ！ 大人に挑戦してみよう！ ※時間内なら、いつ来ても、帰っても 自由です。 ※12:00～13:00は、お昼休みです。 お弁当を持って来てもOKです。

交通のご案内

相鉄線 鶴ヶ峰駅下車 徒歩約7分

**TEL: 045 -
382-6070**

FAX : 045 (382) 6071
横浜市旭区鶴ヶ峰1-38-3



駐車場のご用意はありません。
公共交通機関をご利用ください。



ホームページも
随時更新中!!
←
QRコード
から
どうぞ!

鶴ヶ峰地域ケアプラザ主催事業のお知らせ



いきいき！ コグニサイズ

運動しながら計算をするなど、同時に2つの課題を行うことで脳と体の機能を効果的に向上する運動プログラムです。

日 時：毎月第1月曜日
13:30～14:30
◇ 8月4日(月)
◇ 9月1日(月)
◇ 10月6日(月)

受 付：毎月第3月曜日から
定 員：15名
参加費：500円
持ち物：タオル・飲物・上履き
下足入れ袋

みんな de 元気ダンス！

認知症の予防や改善に効果的な様々な療法の要素を取り入れ、脳と体を活性化します！

日 時：毎月第4火曜日
13:30～14:30
◇ 8月26日(火)
◇ 9月23日(火)
◇ 10月28日(火)

受 付：毎月第2火曜日から
定 員：15名
参加費：300円
持ち物：タオル・飲物・上履き
下足入れ袋

つるがみね 健康教室

いつまでも元気で暮らす為のヒントとなるような「健康」に関する講座です。

日 時：毎月第4木曜日
13:30～14:30
◇ 8月28日(木)
◇ 9月25日(木)
◇ 10月23日(木)

受 付：毎月第2木曜日から
定 員：20名
参加費：無料
持ち物：プログラムにより異なります。お問い合わせください。

認知症当事者と家族のカフェ

カフェ de らん

認知症当事者とその家族(介護者)の集いカフェ。毎月変わる淹れたてのコーヒーとお茶菓子を提供しています。参加者同士のお話や介護に役立つ情報などを提供しています。夫婦・親子での参加も歓迎！
事前申込不要。お気軽にお越しください。

日 時：毎 月
10:30～11:30
◇ 8月27日(水)
◇ 9月24日(水)
◇ 10月22日(水)
内 容：茶話会・軽散歩など
参加費：200円
(コーヒー・お茶菓子付き)

司法書士による お悩み個別無料相談会

法律・相続・遺言・成年後見・死後事務委任・身元保証・見守り契約・不動産・家財整理など…
終活に興味はあるが、何をしたいかわからない方、心配事に司法書士がお応えいたします。

開催日：7月26日(土)
9月27日(土)
時 間：①10:00～11:00
②11:00～12:00
定 員：①②各時間1組ずつ
対 象：地域にお住まいの方
申込み：開催日の1か月前より
先着順
相談員：田中司法書士事務所
田中 弘毅氏

相続について 気になることはありませんか？ 税理士相続無料相談会

税理士による無料相談会を開催しています。
相続はいつか必ず起こること。
税理士が親身にお話を伺います。

開催日：8月16日(土)
10月18日(土)
時 間：①10:00～11:00
②11:00～12:00
定 員：①②各時間1組ずつ
対 象：地域にお住まいの方
申込み：開催日の1か月前より
先着順
相談員：ペンデル税理士法人
原 由香氏

鶴ヶ峰地区保健活動推進員主催

かるがもサロン

手遊び、パネルシアター、読み聞かせ
喫茶もあります

日 時：原則 毎月第1木曜日
10:00～11:15
◇ 8月 お休み
◇ 9月4日(木)
◇ 10月2日(木)

対 象：未就学児とその保護者
参加費：100円
申込み：不要
持ち物：上履き・下足入れ袋



百人一首を通じて 美しい文字を学びましょう

毎月第3水曜日 10:00～11:30

定 員：10名
参加費：500円
講 師：高橋香風先生
持ち物：ボールペン・上履き・下足入れ袋
受 付：毎月原則5日10:00～
電話にて先着受付

毎回一首ずつ作品を書き上げます。美しい文字を手に入れるためのワンポイントレッスンもありますよ。

開 催 日	レッスン内容
8月20日(水)	百人一首・写経 ①
9月17日(水)	百人一首・写経 ②
10月15日(水)	百人一首・年賀状のマナー



【本誌掲載の事業についてのお申込み・お問い合わせ】

☎ 045-382-6070

《講座・イベントに参加されるにあたってのお願い》

- 高齢者施設を併設しているため、引き続きマスク着用にご協力ください。
- 状況により、内容の変更・中止になる場合がありますのでご了承ください。



【福祉に関するオンライン相談(Zoom)受付のご案内】

ご希望の方はメールにて地域包括支援センターまでご連絡ください。
折り返しメールにてご相談の日程をご相談いたします。

■メールアドレス tsurugamine-hp@hama-wel.or.jp



ホームページ
QRコードから
どうぞ！

子連れ de ヨガ

親子で楽しみながら
体と心をほぐしませんか？

日 時：毎月第4火曜日 10:30～11:30
◇ 8月 お休み
◇ 9月30日(火)
…申込み 9/9 10:00～
◇ 10月28日(火)
…申込み 10/14 10:00～

対 象：6か月～未就園児とその保護者
定 員：8組
参加費：各回500円
持ち物：飲み物・上履き・下足入れ袋

保育はありません。お子様を見守りながら、
いっしょにご参加いただく講座です。

鶴ヶ峰地区社会福祉協議会

ふれあいサロン

どなたでも気軽に参加いただけます。
和気あいあいな雰囲気の中で、楽しい時間を
過ごしませんか？

日 程：毎月第1・3・4金曜日
8月1日・15日・22日
9月5日・19日・26日
10月3日・17日・24日

対 象：おおむね65歳以上の方
参加費：200円

申 込：不要
内 容・時間

※新規参加ご希望の方は、
事前にお問い合わせください

- 太極拳：第1・3・4金曜日
① 9:30～10:30
② 10:45～11:45
- 囲碁・将棋：第1・3金曜日
10:00～14:00



お気軽に
ご相談ください

協力医 たいクリニック
田井先生の

健康・もの忘れ相談会

【日時】月2回 14:00～15:00
【場所】鶴ヶ峰地域ケアプラザ
《事前予約制です》
※詳しい日程はお問い合わせください。

地域ケアプラザは身近な福祉保健に関する相談窓口として、子育てから高齢、障がいに関する相談を受け付けております。お気軽にご相談ください。