

＊精神保健サロンのお知らせ＊

2026年11月

港北区内では、心を病む方とその家族や理解者が集えるサロンが精神保健福祉ボランティアグループの主催で、いくつか開かれています。どうぞ、お気軽にお立ち寄り下さい。のんびりと穏やかな時間を共に過ごしましょう。

＊ミニ樽サロン＊

と　き：11 月 5 日（木）
12：00～13：30
（毎月第１木曜日）
ところ：樽町地域ケアプラザ
045－532－2501
参加費：￥３００（昼食・茶菓子代）
＊ご予約をお願いします＊
＊お問い合わせは上記ケアプラザまで。
主　催：ミニ樽サロン運営委員会

＊ひなたぼっこ＊

と　き；12月14日（月）
13：30～15：00
（隔月第２月曜日）
＊ボッチャを楽しみましょう。
ところ：城郷小机地域ケアプラザ
045－478－1133
参加費：無　料
＊お問い合わせは上記ケアプラザまで。
主　催：城郷小机地域ケアプラザ







＊あったかだ＊

と　き：11 月 3 日（火）
15：00～16：30
（毎月第１火曜日）
ところ：高田地域ケアプラザ
045－594－3601
参加費：￥１００（お茶菓子代）
＊お問い合わせは上記ケアプラザまで。
主　催：あったかだ運営委員会

＊かもみぃる＊

と　き：　11月 18日（水）
13：00～14：30
（毎月第３水曜日）
ところ：日吉本町地域ケアプラザ
045－566－0360
参加費：￥１００（お茶菓子代）
＊お問い合わせは上記ケアプラザまで。
主　催：かもみぃる運営委員会

＊はぁとサロン＊

と　き：11 月 28 日（土）
12：30～14：30
ところ：大豆戸地域ケアプラザ
地域ケアルーム
045－432－4911
参加費：￥１００（茶菓子代）
＊お問い合わせは上記ケアプラザへ。
主　催：はぁとネットワーク港北





１１月です。もう！と思うか、まだ！と感じるかは、人それぞれなのでしょう。あなたはどちらかな？充実した日々だったかな。苦労した日々だったかな。どちらにしても、そこから学んだことは、きっとたくさんあることでしょう。

そして、来年はどうかなぁ、との思いもあることでしょう。スポーツも、エンタメも、それぞれに楽しみがあるのではないかな。そうそう、秋はイベントも多いですね。楽しみましょう！！！

今月も各ケアプラザでお喋りサロンが、開かれます。皆さまといろんなお話ができたらいいなぁ。どうぞ、お出かけくださいませ。






＊はぁと卓球＊

と　き:11 月 13 日(金)
13：00～14：30
（毎月第２金曜日）
ところ：綱島地区センター
参加費：無料
持ち物：上履き（運動靴）
＊お問い合わせ
090-1202-2469
主　催：はぁとネットワーク港北



このお知らせは、赤い羽根共同募金等を原資とする「ふれあい助成金」を受けている港北区内の精神保健福祉ボランティアグループの有志が作成しています。

皆さまからのご要望やご意見、掲載希望のメッセージなどがありましたら、どうぞ。連絡は下記まで。お待ちしております。

heartnetko@yahoo.co.jp



この広報のＷＥＢ版のアドレスは
http://mentalkoh.blogspot.jp
検索ワードは、「港北区精神保健サロン」ＰＣとスマホでご覧になれます。