＊精神保健サロンのお知らせ＊

2026 年 12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：12 月 3 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：12 月 1 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：　12月 16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：12 月 12日（土）
12：30～14：30
ところ：大豆戸地域ケアプラザ
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





さあ、今年最後の月になりました。秋も深まり、初冬かなと思う冷え込む日も増えてきました。今年の一番の思い出は何かしら？映画？推しのライブ？そうそう、人との出会いはどうでしたか？素敵な感動をもらえる本に巡りあったかな。

そんな学びや、感動を糧に、新たな年の準備ができますように。

今月も各ケアプラザでお喋りサロンが、開かれます。そうそう、クリスマスのお祝いも共にできるかな。皆さまと一緒に楽しい時間を過ごせますように。どうぞ、お出かけくださいませ。







＊はぁと卓球＊

と　き:12 月11 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。