



### ピアノで歌おう

子供の頃に歌ったあの曲や、青春時代の思い出の曲をピアノに合わせて歌いましょう！

日時 毎月第3金曜日 13:30~14:30

場所 多目的ホール

参加費 無料

申込開始日 第2土曜日

TEL 10時~・来館 13時30分~



### Chill Cafe

ピアノを聴きながら、淹れたてのコーヒーと共にゆったりタイムはいかがですか？どなたでもご参加いただけます。

日時 5月22日(金)

13:30~15:00

場所 多目的ホール

(入場受付 13:30~)

参加費 コーヒー1杯100円



### 生活支援コーナー

#### ふれあいサロン 潮風

本牧ケセラセラ

4月2日(木) 13:00~14:00

おたのしみ...

5月7日(木) 13:00~14:00

※参加費無料

偶数月はボランティアグループ「本牧ケセラセラ」による脳トレクイズや体操・演奏に合わせて歌を、奇数月はイベントを行います。

生活支援コーディネーター 小松



本牧ケセラセラ

### ♪第10回スプリングコンサート♪

主催：本牧・根岸地区まちづくりの会

2月28日(土) 本牧地区センターにて、スプリングコンサートが開催されました。

当日は、大鳥中学校・本牧中学校・横浜立野高校・本牧市民吹奏楽団の演奏があり、素晴らしい音色に観覧者は耳を傾けていました。乗りの良い曲の時には、手拍子も加わり会場は多に盛り上がりました。



### 高齢者施設・住まいの相談センター 申込先 ☎045-342-8866

専門の相談員が本牧原地域ケアプラザに出張相談を開催しています。(要予約)

R8年度予定

4/14(火) 5/12(火) 6/9(火) 7/14(火) 8/4(火) 9/8(火)

10/13(火) 11/10(火) 12/8(火) 1/12(火) 2/9(火) 3/9(火)

場所：本牧原地域ケアプラザ 地域ケアルーム 時間：9:00~17:00

※ご相談はお一人1時間です。 ※相談の最終受付時間は16:00です。

お知らせ

● R8.3.31 をもちましてコピーサービスを終了いたしました

● 「利用団体登録申請書」「施設利用申込書」の用紙の色がオレンジに変わりました



二月の半ばに珍しく雪が積もりました。雪だるま達が来館者をお迎えしました。

# 行ってみよう！ケアラプラザ

★ケアラプラザ主催の全事業が掲載されているカレンダーは窓口にご用意しています  
お問い合わせ ☎045(026)0671

## 地域で気軽に集える場所があります ~サークルさん紹介~

【趣味が広がる新しいつながり】

### ウェルネスピラティス

毎回体が伸びて気持ち良く帰ります。とても楽しいです！



### Chill cafe

生のピアノ演奏と美味しいコーヒーを飲みながらゆったり素敵な時間を過ごしましょう。



### 本牧原太極拳サークル

とても楽しいです。姿勢も良くなりますよ！



### ダルクローズリトミック会



リズムに乗って楽しく体を動かしています。一緒にいかがですか？

### レディース麻雀 2022



初心者から始め、今や麻雀のトリコ。楽しい仲間ができました。

### 折紙教室

毎回素敵な作品を作っています。文化祭で展示も行っています。みなさんのご参加お待ちしております。



【誰かのため♡が自分のやりがいに】

### オカリナ愛好会“ひまわり”

初心者より始め、今では定期的にボランティアで演奏を行っています。綺麗な音色が心地よいです。



### クレッシェンド はらっぱ歌声応援隊



マリンFMで毎月一回季節の歌を歌い放送しています。ご興味のある方、一緒に歌声応援隊に参加して、歌いませんか？

### 傾聴ボランティアほんもく



各施設に出向き、ご利用者様のお話に耳を傾けます。今は数か所の施設で活動しています。

### バリスタ

バリスタの中野さんはスマイルカフェでも活躍中！



Chill cafeだけでなく、出張で美味しいコーヒーを淹れに行けるほどの実力派！  
誰かのためにコーヒーを淹れませんか？

お問い合わせ：地域交流 三好