



発行：横浜市浦舟地域ケアプラザ
住所：横浜市南区浦舟町3-46
電話：045-261-3315
FAX：045-264-1238
発行責任者：笠石 晃
令和8年4月1日発行 No.104号



新年度のごあいさつ

春らしい陽気になり、心地よい季節となりました。
「浦舟地域ケアプラザがあって良かった」と思っていた
だけよう、職員一丸となって取り組みを進めてまいり
ます。今後ともご指導ご支援を賜りますよう、お願い申
し上げます。

横浜市浦舟地域ケアプラザ 所長 笠石 晃



ケアプラザ貸室のご案内

ケアプラザではお部屋をお貸ししています。体操、ダンス、料理、
サークル活動などに応じて幅広い世代でご利用いただけます。

▶多目的ホール(定員60名)



体操系サークル、
子育てサロン、
高齢者の会食、
会議などにご利用
ください。

▶ボランティアルーム(定員15名)



少人数での
会議、手芸、
親睦を図る
ような場
にご利用
ください。

▶地域ケアルーム(定員10名)



少人数の打
ち合せ、脳
トレ、など
趣味活動に
ご利用
ください。

▶調理室(15名)



高齢者の会
食、食育講
座、料理教
室などの用
途でご利用
ください。
食器は50
セットご用
意がありま
す。

地域住民の福祉支援、交流、生活向上のための活動など福祉
保健活動をしているグループの方なら使用していただけます。
個人ではご利用いただけません。まず、事前に活動団体とし
ての登録が必要になります。
詳しくはケアプラザまでお問い合わせください。



お答え
します！



横浜市浦舟地域ケアプラザ 045(261)3315



浦舟地域
ケアプラザ
公式LINEアカウント



浦舟地域
ケアプラザ
ホームページ

地域包括支援センターからのお知らせ



健康づくり教室

参加費無料！

フレイル予防で健康寿命を延ばしましょう！

ご都合の良い会場、時間でどちらかのコースをお申込みください。

お三の宮地区編 3回コース 午前		浦舟地域ケアプラザ編 4回コース 午後	
体操	オーラルフレイル	オーラルフレイル	体操
5/21(木) 9:30~11:00 (運動指導員) 生田目 小春氏	6/18(木) 9:30~11:00 (歯科衛生士) 安田 加代子氏	5/21(木) 13:00~14:30 (歯科衛生士) 安田 加代子氏	6/18(木) 13:00~14:30 (リズムフィットネスクラ指導者) 榎 祐子氏
栄 養	健康を維持して いきましょう！	栄 養	体操
7/16(木) 9:30~11:00 (管理栄養士) こざわ 早苗氏		7/16(木) 13:00~14:30 (管理栄養士) こざわ 早苗氏	8/20(木) 13:00~14:30 (リズムフィットネスクラ指導者) 榎 祐子氏
注意 会場は高砂町町内会館です！		注意 会場は浦舟地域ケアプラザです！	
【場所】 高砂町町内会館 【対象】 おおむね65歳以上の方 【定員】 15名 (申込先着順)		【場所】 浦舟地域ケアプラザ 多目的ホール 【対象】 おおむね65歳以上で、ケアプラザ の講座に初めて参加される方 【定員】 15名 (申込先着順)	
協力：高砂町町内会			

※飲み物ご持参ください。

申込受付開始：4月21日(火)10:00～ 電話または窓口で
(1回でもお申込みいただけます！)

～ ありがとうございます ～



亀川 佳津雄
包括 社会福祉士

3年間お世話になりました。
社会福祉士を目指した時から「最後は生まれ育った横浜で仕事を
する」と決めて都内で仕事をしてきました。
家庭環境等さまざまな変化の中で導かれるように横浜で働く機会
を頂き、その最初が温かい地域の皆さまのもとであったことに本
当に感謝しています。
今後も最初の想いのまま市内で勤務していきますので、
見かけた際にはお声をかけて頂けたらと思います。
ありがとうございました。

