



# \*精神保健サロンのお知らせ\*

2026年7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\* \*ひなたぼっこ\*

とき: 7月2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

とき: 8月10日(月)  
13:30~15:00  
(隔月第2月曜日)  
**\*ポ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: 7月7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

## \*かもみいる\*

とき: 7月15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: かもみいる運営委員会

## \*はあとサロン\*

とき: 7月18日(土)  
12:30~14:30  
(今月は第3土曜日です)  
ところ: 大豆戸地域ケアプラザ  
045-432-4911  
参加費: ¥100 (お茶菓子代)  
\*お問い合わせは上記ケアプラザへ。  
主 催: はあとネットワーク港北



もう7月、今年も折り返し。6月は、ダブル台風🌀でしたね。線状降水帯というのかな、雨量が心配、そして災害。そうそう、自身も頻発しています。不安な日々です。でもね、心配なことほとんどは起こらない、とも言われます。ええ、基本的には、どんと構えて生きていきましょう。楽天的、そう、楽しく過ごすです。どうかな。

今月も各ケアプラザでのお喋りサロンは、変わらず開かれます。それぞれが夏のプランなど話を持ち寄り、楽しく過ごしませんか。夜空には花火、サロンではみんなて話を咲かせましょう。皆様のご参加をお待ちしています。



## \*はあと卓球\*

とき: 7月10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: はあ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](mailto: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。