



## 横浜市芹が谷地域ケアプラザ広報誌

せりきんつうしん

# 第136号 芹 芹 通信



横浜市港南区芹が谷 2-16-12 TEL045-828-5181 fax045-828-5182

発行元 社会福祉法人親善福祉協会 横浜市芹が谷地域ケアプラザ

発行責任者 所長 金牧 浩之 開館時間：月～土曜日 9～18時・日、祝日 9～17時

※施設点検日：毎月第4月曜日

～約4年ぶりの開催～

## 芹が谷地域ケアプラザ祭り

6月3日(土)10時～13時半

### ウォークラリー

見守り協力事業所を巡るウォークラリーを行います。(ケアプラザにて景品も用意しています)

### 健康チェック

握力や血管年齢、足指力など自身の健康チェックができます。

### 飲食コーナー

食べ物や飲み物等の販売を行います。

### 工作コーナー

作って楽しい工作づくり！ぜひ親子でご参加ください。

都度、ホームページやTwitterで情報を公開していきます。

「芹が谷地域ケアプラザ」で検索の程よろしくお願いたします。

無料

## 初夏のこどもリユース市

おもちゃ、育児用品、洋服など、ベビー&キッズ向けのリユース市を開催します。

日時 6月14日(水)10時～11時45分  
内覧会(出品者対象)10時～10時30分  
1部(予約制)10時35分～11時10分  
2部(予約不要)11時20分～11時45分

※2部はリユース品が少ない場合があります

予約申込み 5月25日(水)10時～電話にて先着  
リユース品持込み期間

6月7日(水)～12日(月)各日9時～16時  
※予約不要、直接窓口へ

問い合わせ 芹が谷地域ケアプラザ  
地域活動交流 TEL:828-5181



※詳細はQRコードよりご覧ください。



無料

## 輝く明日をめざして(全4回)

～60代からの健康/運動プログラム～

「ロコモ体操」「オーラルフレイル予防」「低栄養予防」をテーマに専門の講師がわかりやすくお伝えします。

日時 6月14・21日・28日・7月12日  
※いずれも水曜開催 全て15時～16時45分

### 講師

パリスティックトレーナーズ 中村幸貴氏  
株式会社ヘルスケアやまと 青木博氏(6/14)  
木村歯科医院 歯科衛生士 桜井美咲氏(6/21)

定員・対象 20名 概ね60歳以上の方

持ち物 室内履き(運動靴)、タオル、飲み物

申込み 6月2日(金)までに電話にて受付

抽選結果 抽選に外れた方のみ6月7日までにお知らせいたします

問い合わせ 芹が谷地域ケアプラザ TEL:828-5181

## せいがや あかちゃんひろば

近所の町内会館へ赤ちゃんと一緒に遊びに来ませんか？育児や地域の情報交換をしましょう。

日時 毎月第2金曜日10:30～11:30  
会場 下記の二次元コードを読み込みください  
対象 0歳児とその保護者  
(きょうだい児の参加可)

参加費 無料  
持ち物 バスタオル、その他必需品  
申込み 当日直接お越しください

問い合わせ 下記の「てとと公式ライン」もしくは、横浜市芹が谷地域ケアプラザへお問い合わせください。



てとと公式ライン



会場

## 芹が谷地域ケアプラザ事業予定表5・6月※事業へのご参加の際は申込が必要です

日	月	火	水	木	金	土
30日	5月1日 やさしいヨガ	2日 健康囲碁 ミドルリフレッシュ	3日  憲法記念日	4日  ドレミファ	5日  こどもの日	6日
7日 ロコモ体操	8日 やさしいヨガ	9日	10日 虹の会	11日	12日	13日 せりかふえ (エンディング ノート講座)
14日	15日	16日 健康囲碁	17日 いこい場  ミドルリフレッシュ	18日	19日	20日
21日  ロコモ体操 ステーション	22日 施設点検日 休館	23日	24日  たんぽぽ	25日 虹の会	26日	27日 せりかふえ
28日 合唱体験会 9:30~	29日 やさしいヨガ	30日 健康囲碁	31日  たんぽぽ	6月1日  ドレミファ	2日  横浜・長崎港開港記念日	3日 ケアプラザ祭
4日 ロコモ体操	5日 やさしいヨガ	6日 健康囲碁	7日  講座:呼吸が 苦しいって どうのこと? いこい場 ミドルリフレッシュ	8日	9日	10日 虹の会
11日 リユース品持込み期間 ~6/12(月)	12日 やさしいヨガ	13日	14日  輝く明日① こども リユース市	15日	16日	17日
18日  ロコモ体操 ステーション	19日 やさしいヨガ	20日 健康囲碁	21日 輝く明日② いこい場  ミドルリフレッシュ	22日	23日	24日 せりかふえ
25日 虹の会	26日 施設点検日 休館	27日	28日  輝く明日③ たんぽぽ	29日	30日	7月1日

- **囲い文字** は、小学生までのお子様対象の事業です。保護者の方も一緒に参加ください。
- 未就学児の遊び場たんぽぽ…毎月第2・4(水)9:30~11:00。※5/10 お休み。5/31 臨時開催。6/14 リユース市
- みんなのいこい場…毎月第1・3(水)11:30~13:30。 ※5/3 お休み。(5月~どなたでも使えるフリースペース)
- パンの日(そよ風南の家)…人気の手作りパンです。売り切れ次第販売終了。  
なお販売は、毎月第1・3水曜日 11:45頃~12:30頃程度 1階にて販売します。 ※5/3 お休み。5/31 臨時販売
- 町のお医者さんと語ろう…毎月第1(水)13:30~14:45 ※5月はお休み。6月は呼吸についての講座開催。
- せりかふえ…毎月第1・2・4(土)※毎月1日を除く。9:45~11:00。参加費¥100 ※5月より飲み物提供あり  
※5/6、6/3、6/10 休み。5/13 エンディングノート講座を開催します
- 今月号も「紹介展」でお問合わせの多かった活動を書体を変えて掲載しております

※5/8~新型コロナウイルス感染症の分類が変更されますが、当面の間、来館時の「検温」「手指消毒」のご協力を  
お願いいたします。また、人数制限を緩和しておりますが、事業への参加には電話予約が必要です。