横浜市鴨志田地域ケアプラザ

鴨めーる 7月

令和４年７月　第２２１号

社会福祉法人　ふじ寿か会
横浜市鴨志田地域ケアプラザ
青葉区鴨志田町５４７－３
TEL０４５－９６１－６９１１
FAX０４５－９６０－６０１１

横浜市では、誰もが歳を重ねる中で、積極的で活力ある高齢社会を作りたい、人生経験が豊かであることを積極的に捉え、高齢者を尊重し、その人らしい尊厳をいつまでも保つことができる地域を目指したい、という思いを「**ポジティブ・エイジング**」に込めています。

ポジティブエイジング笑顔の力はすごい！

笑顔で元気に！　口元から健口長寿

開催日時　7月8日（金）
10:30～11:30
【定　員】先着20名

参加費 無料

【講師】
株)笑顔サロン　上坂　尚美　氏
（表情デザイナー・歯科衛生士）

令和4年度 介護予防普及啓発事業

＊　口腔機能療法でおロのエクササイズをします。
自分の噛みぐせをチェックし、口腔機能を鍛えます。
＊　口腔力を高めることで、誤嚥の予防にも効果的です。
表情筋を動かし笑顔を輝かせましょう!!

ピアノ・ミュージックベル　2022年サマーコンサート　ウクレレ・三味線(唄入りも有)

お子さま歓迎

★ピアノ★　吉川 芳恵
★キーボード／ミュージックベル★
米田 恵子　　亀山 眞理子

【予定の曲目】（多少変更も有）
クラシック名曲～、浜辺の歌
椰子の実、千本桜、Summer
星に願いを（ハンドベル）他

開催日時：7月3日（日）
開場　10:00　開演　10:30～12:00
【対象・定員】地域の方 先着20名
【参加費】500円（飲み物・歌集代含む）

★ウクレレサークル★ ラキ・ウクレレ、LEA
★三味線・唄★ 藤本三輪吉・佐藤美代子

ウクレレ／【予定の曲目】（多少変更も有）
カイマナ　ヒラ、パーリーシェール、南国の夜、
愛のモーニングデュー、ブルーハワイ、
笑点のテーマ、ハナレイムーン、月の夜は、
ビヨンザリーフ（珊瑚礁の彼方）、アロハオエ
三味線・唄／秋田大黒舞、出船音頭、
北海鱈つり唄、黒田節、浪花節だよ人生は、
民謡ひなぶり三番叟

開催日時：7月31日（日）
開場　13:00　開演　13:30～15:00
【対象・定員】地域の方 先着20名

参加費 無料

かもマチ食堂・あおばウクレレの会のスタッフさんと夏休みの思い出を作ろう！
Hahaha～！～笑顔プロジェクト～

手作り楽器を作ってフィリアホールで演奏しよう！

開催日時：7月31日（日）10:00～12:00
ウクレレミニコンサートもあるよ！
（ミッキーマウスマーチ他・・・）。

参加費 無料

【対象・定員】1歳～小学6年生までのお子様
※小学2年生以下のお子様は保護者同伴　お子様　先着20名
【持ち物】自分の楽器を装飾するために使うステッカーやシールお飲物・ハンカチ・上履き・外履き入れ
マスク着用（子様任意）【任意】８月２日（火）音楽ワークショップアーティスト　おとみっく
出演のフィリアホール開催コンサート(無料）に楽器を持ってご参加できます。

かもマチ食堂

【次回開催日時】6月9日（木）・7月8日(金) 15:30～17:00
【対象・定員】小学生（※年齢制限なし要問合せ）　先着15名
【持ち物】水筒・ハンカチ・上履き・靴を入れる袋　参加費無料

ボッチャもやるよ！！

表裏共に講座申込み　電話か窓口
問い合わせ先　☎(961)6911

【 令和4年 7月 の 予 定 】☆彡 予定に変更が生じる場合がございます。

記載の講座には、共通して上履き、外履き入れと任意で飲料水をご持参ください。
マスク着用の上ご来館ください。申し込みは概ね予約制です。電話か窓口でお申込みください。

事前の時間確認が必要　ミニデイサービスひろがりサロン　４日、１１日、２５日

ほっこりんこ（親子の集い）６日、１３日、２０日、２７日
鴨志田ノルディック　７日、１６日
鴨志田ウォーキング　１３日

鴨のお茶の間　１日　13：30～15:00
はまちゃん体操　１日、１５日　10：10～11:00
鴨の花のとも(生け花)　９日　10：00～12:00
ひまわり体操　６日、２０日　13：30～15：00
かも〇リトミック　１２日　10：10～11：40
音楽遊びの会　１６日　11：00～12：00
かるがもクラブ（トーンチャイム）１０日　２４日　10：00～11:30
シルバーリハビリ体操１２日、２６日　14：00～15:00
ぬりえサロン SAI１５日　13：00～15:00
鴨ちゃん健康クラブ　１９日　13：30～14:30
ぬりえサロン SAI１５日　13：00～15:00

親子のひろば かも☆ん　※↓５日は保育付きで下記講座に参加できます。　１９日は10：00～11:30

かも☆ん共催
青葉区社会福祉協議会後援

※ 知っていれば役に立つ！ 日赤 幼児安全法講習会

７月５日（火）10：00～12：００

日赤救急法指導員から
子どもの起こりやすい
事故の防止と手当の
仕方について学びます。

【定員・対象】先着２０名　乳幼児～児童を持つ保護者の方
や子どもの指導やボランティアに携わる地域の方
【持ち物】ストッキング、バンダナか大判ハンカチ、筆記用具
水分補給用飲料水、動きやすい服装、上履きと外履き入れ、マスク着用

介護者のつどい

７月２８日（木）13：30～15:00　※ ８月は休みです。

困っていることや悩んでいること、介護保険制度のことなど。お気軽にお越しください。
【対象】介護をされている、介護をされていた方　【参加費】無料

小学生の参加者募集　夏休み　みんなの学習室　学生ボランティアさん、同時募集

あおばコミュニティテラス後援

NEW　参加無料

ボランティアの中学生・高校生・大学生と一緒に学ぶ場です

７月28日（木）・２９日（金）10：00～12：００

【定員・対象】小学1年生～6年生
各日15名ずつ（先着順）
【持ち物】自分が学びたい教材（宿題やドリルなど）、筆記用具、水筒、上履きと外履き入れ、マスク着用
＊フリーWi-Fiが使用できます。

午前と午後2つの活動があります。下記の表を参考にボランティアをお決めください。午前と午後両方参加の場合は弁当の支給があります。

【対象】中・高・大学生
【募集内容】各日、両日と小学生の学習の支援と簡単なレクリエーションを手伝ってくれるボランティアを募集。学校提出のため必要に応じて「ボランティア証明書」をお出しします。※午後は「みっけ」の子育て支援のボランティア同時募集。

内容	学習支援	散歩とお絵描き支援	
区分	午前ボラ	午後ボラ	
時間	①10:00～12:00	②13:00～15:30	③14:00～16:30

【 所長のひとこと 】

「土用の丑の日」になぜ、うなぎを食べるのでしょうか？江戸時代、平賀源内の提案で、夏に売り上げが少なかったうなぎ屋さんに「本日土用丑の日」と看板を出させたところ大繁盛に。その後、他のうなぎ屋も真似するようになったことで習慣が定着したということです。国産を食べたいけど値段が・・・。

申込・問い合わせ先 ／ 横浜市鴨志田地域ケアプラザ
TEL(045)961－6911（地域活動交流迄）