



リフラ保土ヶ谷1周年記念イベントのお知らせ

地域の皆さまと関係各機関の温かいご支援をいただき、保土ヶ谷地域ケアプラザは令和6年3月に1周年を迎えます。そこで、日頃の感謝の気持ちを込めて記念イベントを開催いたします。皆さまのご来館を職員一同、心よりお待ちしております。

令和6年3月20日（水/祝）10:00～15:00 少雨決行

会場：リプラ保土ヶ谷（公開空地、1階：地域交流スペース、
2階：保土ヶ谷地域ケアプラザ、3階：キッズハーモニー園庭）



公開空地（リプラ保土ヶ谷1階）

- ★焼き芋 ★わた菓子 ★じゃがバター
- ★地元野菜の販売 ★焼きそば/フランクフルト
- ★抽選会有り(14:30～)
- その他 お楽しみ♪
- ※金額は当日ご確認ください。



参加型イベント

- ★紙芝居
- ★保土ヶ谷の歴史の展示
- ★消防署による防災クイズや
煙からの避難訓練体験も！



音楽イベント

☆多目的ホール

- ・11:00～ ハイビスカス（ウクレレ）
- ・12:00～ ローズ・ストリングス（管弦楽）
- ・13:00～ すみれフルート（主にフルート）
- ・14:00～ アンサンブル・ドルチェ（ギター）
（演奏時間 各15分～20分）



10:00～ 公開空地
オープニング演奏
PTO(ウクレレ) 🎵



その他

☆情報ラウンジ

- ★お菓子釣り
- ★その他



そば打ち体験会

☆調理室

講師：桑名屋/近藤氏

- ・11:00～12:00
- ・参加費¥500（親子1組¥500）
- ・先着10名(事前申し込みが10名満たない場合、
当日申込可能)

*申込み期間：3/1(金)～3/10(日)までに下記へ
お電話ください。

保土ヶ谷地域ケアプラザ：045-713-5011

地域包括支援センターからのお知らせ

* 講座の申込受付は9:30~です* 申込先: 保土ヶ谷地域ケアプラザ:713-5011

【うきうき♪スリーA講座!】

【スリーA (スリー-E) とは・・・?】

「明るく」「頭を使って」「あきらめない」の頭文字3つの「あ(A)」を合わせてスリーAです。頭と身体を使って笑いあいながらゲームなどをします。

みんなで「うきうき♪」元気になりましょう。

日 時: 令和6年 <①②は別の内容です。それぞれ申し込めます。>

① 3月22日(金) 10:00~11:30

② 3月29日(金) 10:00~11:30

会 場: 保土ヶ谷地域ケアプラザ 多目的ホール

講 師: かたつむりの会 田村 加代子 先生

対 象: おおむね65歳以上の方

参加費: 無料

定 員: 各回先着25名(定員になり次第締め切り)

持ち物: 飲み物・室内履き *動きやすい服装でお越しください

申 込: 電話または窓口にて 令和6年3月5日(火) から



楽しい!と大好評です。見学もお気軽に!

日 時: 令和6年度も 毎月第3金曜日に開催します!!

4月19日(金) 15:00~16:30

5月17日(金) 15:00~16:30

6月以降の第3金曜日 13:30~15:00

会 場: 保土ヶ谷地域ケアプラザ 多目的ホール

講 師: 寺田 まり子 先生

参加費: 300円/1回

持ち物: 飲み物・室内履き

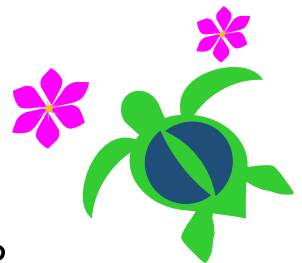
(滑り止め付き靴下でも可)

*動きやすい服装でお越しください

申 込: 電話または窓口にて 令和6年3月5日(火) から



4月、5月は
時間の変更が
ございます。
ご注意ください。



みんなの

【健康相談会&在宅医療講演会】

日 時: 令和6年3月11日(月) 13:00~15:00

会 場: 保土ヶ谷地域ケアプラザ 多目的ホール

講 師: 保土ヶ谷在宅クリニック 相談役 大田 英一郎 先生

内 容: 13:00~講演

- ・往診と在宅診療の違い
- ・どのような時に在宅診療を受けることができるか
- ・自宅で最期まで看取るにはどうしたらよいか
- ・実際の対応事例など

14:00~個別相談(ご希望の方)

参加費: 無料 定 員: 先着30名程度

申 込: 3月10日(日)まで 電話または窓口にて



～事業報告～

令和5年11月28日(火)多目的ホールで開催した事業の報告です！



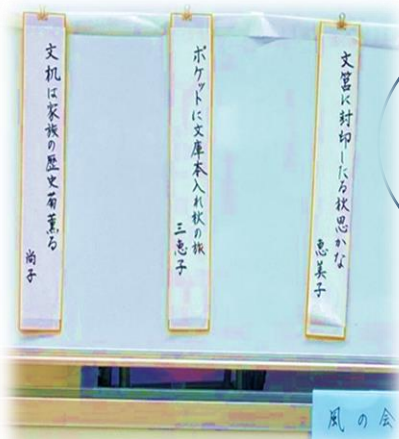
「保土ケ谷の
宿場を知ろう」

桑名屋店主の近藤氏を
講師にお招きして、
保土ケ谷の歴史を学びました。



「芸術の秋
ザ♪作品お披露目会」

ケアプラザで活動して
いる団体さんの作品展
を開催しました。



～地域ケアプラザ情報ラウンジ～



♪情報ラウンジを整備しました♪

ソファに座って、ちょっと寛ぐスペース
として、どなたでもご利用いただけます。
授乳室やお子様向けの絵本もあります。
皆様のご来館をお待ちしております。

☆退職のご挨拶☆

1月末で退職しました。短い間でしたが、大変お世話になり、ありがとうございました。地域ケアプラザでの経験を活かし、頑張ってみます。どうぞ、皆さま、お体を大事にお過ごしください。

地域活動・交流コーディネーター 小西章江



ケアプラザカレンダー 3月

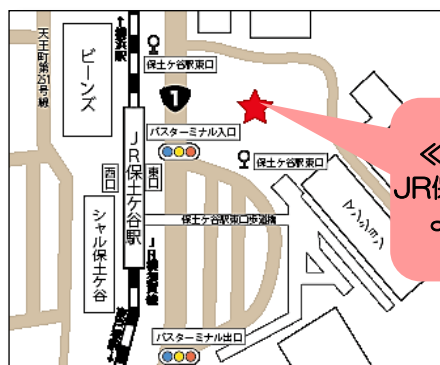
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					松の木会 (健康体操) アンサンブル・ ドルチェ(ギター)	ほどがや国際交流 ラウンジ 白藤会(習字)
3	4	5	6	7	8	9
すみれフルート わくらくもぐら会	ローズ・ストリング ス(弦楽器) 虹俳句会		◆親子のフリー スペース 10:00~11:30	スポーツ愛好会	日本スポーツ ウエルネス吹矢協会	松の木会 区民ミュージカルユニット 横浜 ほどがや国際交流ラウンジ
10	11	12	13	14	15	16
	◆健康相談会 13:00~15:00 ハイビスカス (ウクレレ)			狩場音楽同好会 ほどがやパソボラ	◆Let'sフラ 13:30~15:00 青年学級おもいっきり会	区民ミュージカルユニット 横浜 ほどがや国際交流ラウンジ
17	18	19	20	21	22	23
すみれフルート	ローズ・ストリング ス ハイビスカス		◆リブラ保土ヶ谷 1周年記念イベント	スポーツ愛好会	◆スリーA講座 日本スポーツ ウエルネス吹矢協会 明神台リリーコール ほどがや区の歌合囃子	松の木会
24	25	26	27	28	29	30
すみれフルート	休館日			狩場音楽同好会 ほどがやパソボラ	◆スリーA講座	
31						

ケアプラザカレンダー 4月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	ローズ・ストリング ス		◆親子のフリー スペース 10:00~11:30	スポーツ愛好会	子育て相談	松の木会
7	8	9	10	11	12	13
すみれフルート	ハイビスカス			狩場音楽同好会 ほどがやパソボラ	子育て相談 日本スポーツウエル ネス吹矢協会 明神台リリーコール	ほどがや国際交流 ラウンジ
14	15	16	17	18	19	20
すみれフルート	ローズ・ストリング ス ハイビスカス		風の会	スポーツ愛好会	子育て相談 ◆Let'sフラ 15:00~16:30 松の木会	松の木会 ほどがや国際交流 ラウンジ
21	22	23	24	25	26	27
すみれフルート	休館日			狩場音楽同好会 ほどがやパソボラ	子育て相談 日本スポーツウエルネス吹矢 協会 アンサンブル・ドルチェ	ほどがや国際交流 ラウンジ
28	29	30				

◆の印はケアプラザが行う事業です。
(掲載時点で予約をされていない団体もあります。)

・最新の予約状況 ・活動している団体について ・部屋利用の登録 ・予約方法 など
お問い合わせは Tel: 713-5011 地域活動交流まで



《交通案内》
JR保土ヶ谷駅東口
より徒歩2分

4月から毎週金曜日
に子育て相談が始ま
ります。(祝日は休み)
時間は10:00~
12:00です。詳細は、
ケアプラザまで。

☆3月の休館日
25日(月)
☆4月の休館日
22日(月)