



# リプラまつり 2026開催のお知らせ

地域の皆さまと関係各機関の温かいご支援をいただき、誠にありがとうございます。日頃の感謝の気持ちを込めて「リプラまつり2026」を開催いたします。楽しい催しも用意していますので、皆さまお誘い合ってお越してください。職員一同、ご来館を心よりお待ちしております♪

令和 8年 3月 15日 (日) 10:00 ~ 14:00 少雨決行

会場：リプラ保土ケ谷(公開空地、1階 地域交流スペース、2階 保土ケ谷地域ケアプラザ、他)

## 1F 公開空地

- ★焼き芋販売
  - ★果物の販売
  - ★カレーライスの販売(販売開始：11:00~)
  - ★子供向けワークショップ
  - ★ビーズ手芸・手作り小物販売 他
- ※金額は当日ご確認ください。

### 【テナント】

- ★キートスカフェ  
(パンやコーヒーなど販売)
- ★ミック (風船など配布)
- ★ライム薬局 (お菓子釣りとは大人向け  
ハンドマッサージ)

## 1F 地域交流スペース

- ★10:15~10:45  
帷子戦士デザイヤー
- ★10:55~11:15  
はまれれクラフト
- ★11:20~11:40  
Pearl Teeth II
- ★12:30~13:00  
マジック
- ★13:10~14:00  
抽選会

## 2F その他

### 2F 多目的ホール廊下・ボランティアルーム

☆貸館団体・地域住民の方による作品展

- ・習字・俳句
- ・絵画・手芸
- 他



### 3F キッズハーモニー・ほどがや園庭

11:00~13:00

☆健康測定！(無料)

(握力・口腔機能・血管年齢・足趾力測定)

場所と内容は変更の場合もございます。

### ☆情報ラウンジ

10:00~12:00  
ほっとなまちづくり啓発ブース  
10:00~14:00  
チームオレンジ啓発ブース



### ☆地域ケアルーム

10:00~14:00  
ほどがや人・まち・文化振興会による  
昔遊び(紙芝居・けん玉)体験

スタンプラリーも開催します。  
お楽しみに！

### ☆多目的ホール

10:00~14:00  
飲食・休憩所

\* HPもご覧ください

# 三味線体操

2026 2月12日 木

10:30～12:00

保土ヶ谷地域ケアプラザ 多目的ホール



運動講師

山口裕輝 先生

津軽三味線

小山恵斗 先生



津軽三味線の生演奏に合わせて  
楽しく身体を動かしましょう！

**持ち物** 滑りにくい内履き・タオル・飲み物  
※動きやすい服装でお越しください。

**定員** 65歳以上 20名程度

**申込み** 1月27日(火) 9:30～電話または窓口にて

共催:保土ヶ谷区基幹相談支援センター

## 直接会って話せる! よろず相談会



相談  
無料

予約  
不要

1枠  
最大20分

- ①令和7年 3月10日(火) 14:00～15:30  
ご好評につき終了いたしました。
- ②令和7年 3月10日(火) 14:00～15:30  
ご好評につき終了いたしました。
- ③令和8年 3月10日(火) 14:00～15:30

### たとえばこんな相談があります

体操や手芸をしている場所はある？  
ボランティアについて知りたい。  
ひとりぐらしの高齢の親が心配。  
介護保険について知りたい。  
これって発達障害？

障害者手帳で受けられるサービスを知りたい。

etc...

## みんなでボッチャを楽しもう♪

**日時**

2月10日(火) 3月10日(火)  
10:00～12:00

**場所**

保土ヶ谷地域ケアプラザ  
多目的ホール

**内容**

ボッチャ

未経験でも  
大丈夫！

**対象者**

岩井町、瀬戸ヶ谷町在住者  
※近隣住民の方もご参加いただけます。

**持ち物**

飲料水 室内履き

申込み不要。当日会場へお越しください。  
動きやすい服装で参加ねがいします。



保土ヶ谷南部地区民生委員  
生活支援体制整備事業



共催

ご近所の方を  
お誘いの上、  
おこしください！！

予約不要  
入場無料

2026年  
3月13日(金)  
11:00～15:00

親の介護、自分の老後、もう  
悩まない! 「施設の選び方」

## まるわかりフェア

会場 横浜市役所アトリウム

社会福祉法人の介護施設の種類の選び方がよくわかるイベント!  
特別養護老人ホーム、有料老人ホームなどの違いを学べるセミナーや、介護・就職相談ブース、  
体験コーナーも充実。  
大学生によるチア・お笑いステージ、パンやお菓子、雑貨の販売もあります。

お問い合わせ

045-201-2219 社会福祉法人 横浜社会福祉協議会 施設福祉課

主催: 横浜社会福祉協議会 高齢福祉部会

共催: 横浜健康福祉局・横浜福祉事業経営者会 協力: ハローワーク横浜

## 大学生チア・お笑い生ライブ

フェリス学院大学 体育会  
チアリーダー部「MASTIFFS」と  
横浜国立大学お笑いサークル「わかば」  
のみなさんがステージを彩ってくれます♪



普段から施設でのボランティア活動で大活躍のみなさんです！

# 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\*申し込み先：保土ヶ谷地域ケアプラザ：713-5011

保土ヶ谷地域ケアプラザ共催

## せいい健康講座

女性限定!

乳がんの早期発見・予防

乳がんは女性に最も多いがんで、9人に1人がかかります。若い人だけではなく70~80歳代でも発症する病気です。早期発見のために大切なことを学びませんか?

令和8年3月18日(水)

13:30~15:00

無料

保土ヶ谷地域ケアプラザ 多目的ホール

講師 聖隷横浜病院 乳がん看護認定看護師

武良 露華 氏

定員 女性の方どなたでも  
20名程度

持ち物 飲み物・筆記用具など

申込開始：2月23日(月) 9:30~

みんなのあったまり場♪

## ひだまり茶屋

毎月第4土曜 開催中!

ひだまり茶屋は、横浜市チームオレンジ事業の一環として開催しています

- 認知症の人と家族の希望・困りごとを知り、継続して支援する
- 認知症の人や家族も地域の一員として活躍
- 認知症の人が住みよいまちづくり活動

2月28日(土)

● NPO法人JECK (演奏)

時間 10:00~11:30

参加費 100円

お茶やコーヒーをご用意しています♪

場所 リプラ保土ヶ谷 1階

地域交流スペース

出入り自由  
申し込み不要

第3火曜日は「かいつど」の日!

## 介護者のつどい

いま元気な人も、  
かつて介護を経験した方も、  
これから備えておきたい方も。



2月のテーマ

### 「葬儀会社の選び方」

令和8年2月17日(火)

14:00~15:30

意外と知らない、葬儀会社の選び方のポイントについてお話します。

協力：イオンのお葬式

場所 リプラ保土ヶ谷 1階  
地域交流スペース

無料

人数 15名程度  
予約優先ですが当日参加もOK!

## いきいき美容教室

「化粧のちから」で介護予防

令和8年2月24日(火)

14:00~15:00

保土ヶ谷地域ケアプラザ  
多目的ホール

無料

持ち物 スマートフォン(アンケートに使用)  
※スマホはお持ちの方のみでOK  
当日使用する化粧品はレンタルです。

講師 資生堂ジャパン株式会社  
片山 汐里 氏

対象 65歳以上の高齢者 20~35名  
もちろん男性も大歓迎!!

内容 ストレッチ・スキンケア・メイクアップ等  
簡単に続けられるメイク方法がわかります。

申込み 2月5日(木)9:30~  
電話または窓口にて

開始日時を変更して  
います!ご確認ください



# ケアプラザカレンダー 2月

カレンダーは表の二次元コードからも見られます

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
すみれフルート	ローズ・ストリングス (弦楽器)		◆親子のフリースペース 10:00～11:30 小町会 (健康体操) 白藤会 (習字)	スポーツ愛好会 はまゆうの会 (和裁、着付け) たね (健康体操) NPO法人JECK (国際交流)	ほっこりひろば 9:30～11:30 松の木会 (健康体操) ほどがやおもちや再生館	松の木会 (健康体操)
8	9	10	11	12	13	14
すみれフルート	日本スポーツウェルネス 吹矢協会 ハイビスカス (ウクレレ)	◆みんなでポッチャを楽しもう♪ 10:00～12:00	小町会 (健康体操) ぐるり保土ヶ谷 (リサイクル、SDGs)	◆三味線体操 10:30～12:00 狩場音楽同好会 ほどがや/ソボラ たね (健康体操)	ほっこりひろば 9:30～11:30 ◆リブラ健康体操 13:30～14:45 tanalima (ハンドメイド) ほどがや区の歌合囃子	◆プレババプレママDAY 「沐浴体験」13:30～15:00 ほどがや国際交流ラウンジ 白藤会 (習字) 絵画サークルyou
15	16	17	18	19	20	21
すみれフルート シヴァーナダ・ヨーガ	ローズ・ストリングス (弦楽器) 日本スポーツウェルネス吹矢協会 ハイビスカス (ウクレレ)	◆介護者のつらい 14:00～15:30	ミュージカル・ONE 小町会 (健康体操) 白藤会 (習字)	スポーツ愛好会 たね (健康体操) NPO法人JECK (国際交流)	ほっこりひろば 9:30～11:30 Let'sフラ tanalima (ハンドメイド) まゆ旬会 青年学級おもしろいきり会	松の木会 (健康体操) ほどがや国際交流ラウンジ
22	23	24	25	26	27	28
新日本婦人の会保土ヶ谷支部 心体介護 (未病予防) 芽キャベツ手芸サークル	休館日	◆資生堂いきいき美容教室 14:00～15:00 芽キャベツ手芸サークル		狩場音楽同好会 ほどがや/ソボラ NPO法人JECK (国際交流)	ほっこりひろば 9:30～11:30 ◆はじめの一步倶楽部 13:30～14:30 アンサンブルドルチェ (ギター) tanalima (ハンドメイド) 明神台リリーコール	◆ひだまり茶屋 10:00～11:30 ほどがや国際交流ラウンジ

# ケアプラザカレンダー 3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
すみれフルート	ローズ・ストリングス (弦楽器)		◆親子のフリースペース 10:00～11:30 小町会 (健康体操) 白藤会 (習字)	スポーツ愛好会 はまゆうの会 (和裁、着付け) たね (健康体操)	ほっこりひろば 9:30～11:30 松の木会 (健康体操) tanalima (ハンドメイド)	松の木会 (健康体操) ほどがや国際交流ラウンジ 白藤会 (習字)
8	9	10	11	12	13	14
すみれフルート	日本スポーツウェルネス 吹矢協会 ハイビスカス (ウクレレ)	◆みんなでポッチャを楽しもう♪ 10:00～12:00 ◆よろず相談会 14:00～15:30	小町会 (健康体操)	狩場音楽同好会 ほどがや/ソボラ	ほっこりひろば 9:30～11:30	◆プレババプレママDAY 「沐浴体験」 13:30～15:00
15	16	17	18	19	20	21
リブラ祭り	ローズ・ストリングス (弦楽器) ハイビスカス (ウクレレ)	◆介護者のつらい 14:00～15:30	◆せいかい健康講座 13:30～15:00 新日本婦人の会保土ヶ谷支部 白藤会 (習字)	スポーツ愛好会 はまゆうの会 (和裁、着付け) たね (健康体操)	ほっこりひろば 9:30～11:30 Let'sフラ tanalima (ハンドメイド)	松の木会 (健康体操)
22	23	24	25	26	27	28
すみれフルート 新日本婦人の会保土ヶ谷支部	休館日	日本スポーツウェルネス 吹矢協会	小町会 (健康体操)	狩場音楽同好会 ほどがや/ソボラ たね (健康体操)	ほっこりひろば 9:30～11:30 ◆はじめの一步倶楽部 13:30～14:30 明神台リリーコール (コーラス) アンサンブルドルチェ (ギター) まゆ旬会	◆ひだまり茶屋 10:00～11:30
29	30	31				
新日本婦人の会保土ヶ谷支部						

◆の印は ケアプラザが行う事業です。



《交通案内》  
JR保土ヶ谷駅東口  
より徒歩2分

## 休館日のお知らせ

2月23日 (月)  
3月23日 (月)



一年で最も寒さが厳しい時期ですが、梅の花が咲き始めるなど、少しずつ春の兆しを感じられます。ケアプラザ開催の事業や団体活動に興味がありましたら、お問い合わせください!! お待ちしております。