

いきいき



でいき



泥亀地域ケアプラザ
ホームページはこちら

令和7年10月発行

発行：社会福祉法人横浜市福祉サービス協会

横浜市泥亀地域ケアプラザ

住所：横浜市金沢区泥亀1-21-5

いきいきセンター金沢内

電話：045-782-2940

FAX：045-782-2959

発行責任者：所長 林 匡子

泥亀地域ケアプラザ広報 第102号

楽しいことが
たくさん!

第25回

いきいきセンターまつり

令和7年11月8日(土)

10:00~14:00

(荒天の場合は中止)

場所：いきいきセンター金沢

※お車でのご来場はご遠慮ください。

ぼたんちゃんが
来るよ!

バザー・模擬店(売り切れ次第終了)
体験コーナー・演芸大会・ミニゲーム
ウォークラリー、ミニ福祉機器展 etc.

健康広場(4階 機能回復訓練室)
受付 10:00~13:30
(血圧・握力測定、ベジチェック、
スタッキングなど)

※都合によりプログラムが変更される場合があります。
※記録のため写真を撮らせていただきます。ご了承ください。

主催：金沢区社会福祉協議会
老人福祉センター 晴嵐かなざわ
泥亀地域ケアプラザ

泥亀福祉機器支援センター
金沢区三師会立訪問看護ステーション

ボランティア活動日記 花植えボランティア「はまみらい」



蒸し暑い日が続く中、「はまみらい」のメンバーさんは花壇整備に励んでいます。今回はメンバーさんに、ボランティア活動をして良かったことを聞いてみました！

ボランティア活動をして良かったことはありますか？

「月に1回の頻度なので、負担に感じることなく活動できるので嬉しい。もともと、お花を楽しむことが趣味なので、お花に触れ合うことができている」

「花壇整備の後は、皆でお茶会をしている。お茶会の中で、金沢区内の色々な情報をもらえるので、ありがたい。日常生活に関する情報交換の場になっている」



新しいメンバーを**募集中**です！

お問い合わせお待ちしております。

活動日時：毎月第3火曜日 10時00分～11時30分
活動場所：いきいきセンター金沢内花壇

講座のご案内

事前の申込みをお願いします。

となりのえんがわ



音楽療法を体験しよう



音楽療法とは、音楽を使って心身を整える活動です。みんなでリズムを合わせて楽器を演奏したり、歌を歌ったり。心と身体をリフレッシュしませんか？

日時：10月21日（火）13:30～14:30
場所：いきいきセンター金沢2階

参加費
無料

多目的研修室

定員：30名（お申込み受付順）
おおむね60歳以上の方対象
持ち物：飲み物



わが町再発見！散策

～みなとみらい水際線～



みなとみらいの魅力を再発見しながら歩きませんか？

約6.5Kmほど歩きます！

京急横浜駅→横浜バイクオーター→高島水際線公園→臨港パーク→横浜ハンマーヘッド→自動車道→JR桜木町駅

日時：10月29日（水）9:00

京急横浜駅 北口改札前（品川寄り）集合

定員：10名（お申込み受付順）

参加費：700円（保険代含む）

持ち物：飲み物 動きやすい服装と靴 **有線イヤホン**

その他：雨天中止（前日15時に判断します）

民事信託（家族信託）勉強会

民事信託（家族信託）をご存じですか？認知症への備えとして注目されています。成年後見制度との違いを知り、認知症になる前にご家族で考えてみませんか？

参加費
無料

日時：10月14日（火）13:30～15:00
場所：いきいきセンター金沢2階 多目的研修室

定員：25名（お申込み受付順）
講師：横浜信用金庫 個人事業部 岡剛氏



認知症予防

男性コグニサイズ

コグニサイズとは、体を動かすことと、頭を使うことを同時に行って脳の活動を活発にします。



日時：10月30日（木）13:30～15:00

場所：いきいきセンター金沢2階 多目的研修室

対象：おおむね60歳以上の男性の方

定員：20名（お申込み受付順）

持ち物：飲み物、汗拭きタオル

講師：ビーアウェイク 生田目小春氏

参加費
無料

パパのための子育て応援講座

「夫婦のパートナーシップ＆イライラしない講座」

講師：一之瀬幸生氏 NPO法人全日本育児普及協会

父親育児のコツを学びます。

日時：10月5日（日）10:30～12:00

場所：いきいきセンター金沢3階 晴嵐かなざわ内

定員：10名（お申込み受付順）

対象：0～2歳児を**育児中のパパ**

参加費：無料

持ち物：飲み物

参加費
無料

