

2月鴨めーる



親子歓迎！子どもからシニアまで一緒に楽しもう！ かるがもクラブ

☆レッスンの内容(参考)☆

- 音符を知り音を鳴らしてみよう。
- 簡単な曲を覚えましょう（「きらきら星」など）。
- 3拍子や4拍子などのリズムに合わせてトーンチャイムを振ってみましょう
- 仲間と合わせて曲を演奏をしてみよう。
- レパートリーを広げていこう。
- 他の楽器とも合わせてみよう。

日曜日開催

【講師】千坂純子氏

【体験会の開催日時】3月10日(日) 10:00~11:30 ♪♪♪♪

【定例の活動日】概ね毎月第2、4日曜日に開催中

【定員・対象】先着15名 小学生~高齢者まで

【体験会参加費】ひとり100円(教材費含む)

【持ち物】筆記用具、動きやすい服装、上履きと外履き入れ、薄手の手袋か軍手(貸出用あり。チャイムを握る時に使用)



あおばFPくらしの会共催 「相続対策3つのポイント」講座

2月3日(土)開催 【時間】10:00~11:30

【対象・定員】高校生以上 先着24名

【参加費】300円(資料代含む)

【持ち物】筆記用具、飲み物、上履き、外履き入れ

家族の幸せと資産を守るために是非聞いて欲しい講座です。もめない・減らさない安心幸せな相続に必須の基礎知識。家族構成・資産状況に合わせての対策

悠タみのりサロン 災害時の食事を考えよう ~備蓄食料をおいしく食べるには~

2月28日(水)開催【時間】13:30~15:00

水と食料は7日分備蓄しよう!というような大切な

お話と、カセットボンベを使った温かい料理の作り方を紹介します。

【対象・定員】18歳以上 先着20名 【参加費】お一人400円(資料、食材費含む)

大好評! 鴨ちゃんスタンプラリー

お子さまの参加歓迎!

鴨志田地域ケアプラザの受付でスタンプを12個集めると...お楽しみがあるよ!カードはケアプラザで配布しています。



中里北部地区 気づきの和

鴨ちゃんカフェ

地域のお店で時間限定のカフェを開きます。一緒に楽しい時間を過ごしませんか? 時間内の出入りは自由、参加費は無料(店内のご利用は任意で実費)です。シニアの方も子育て中のお母さまもお気軽にお立ち寄りください。



★鴨ちゃんカフェ @ウチルカ 2月19日(月)

開催します!

偶数月の第3月曜日 10:00~11:00 東急バス「中谷都」バス停下車すぐ

★鴨ちゃんカフェ @鴨志田惣菜店

3月18日(月)

開催します!

奇数月の第3月曜日 15:00~16:00 東急バス「中谷都」バス停下車徒歩5分

表裏講座申込・問合せ先：鴨志田地域ケアプラザ ☎(961)6911

来館時は上履き、外履き入れ、任意で飲料水をご持参ください。尚駐車場貸出はございません。予めご了承ください。

【令和6年2月の予定】

- 予定に変更が生じる場合がございます。
- 上履き、外履き入れ、任意で飲料水などを持参してください。

鴨志田ノルディック	1日	17日		※時間は要確認
鴨のお茶の間	2日		※要予約	13:30~15:00
はまちゃん体操	2日	16日	※要予約	10:10~11:00
ミニデイサービスひろがりサロン	5日	12日	26日	※内容や時間は要問合せ
コグニョガ	13日			10:00~11:00
 協力医による無料健康相談	6日	20日		13:30~14:30内 ※要予約
シルバーリハビリ体操	13日	27日		14:00~15:00
ほっこりんこ (子育て相談会場)	7.14.21.28日			※日程・時間共に区のHPを要確認
鴨志田ウォーキングクラブ	14日			※時間・コース要問合せ
歴史謎解き講座	14日			13:00~14:30
かるがもクラブ (トーンチャイム)	11日	25日		10:00~11:30
鴨ちゃん健康クラブ	20日	※事前申込制		
ぬりえサロン SAI	16日			13:00~15:00
あおば音楽遊びの会	17日			11:00~12:00
鴨の花のとも (生け花)	24日	※事前申込制		10:00~12:00

介護者のつどい

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。

参加費
無料

次回 2月22日(木)
※3月はお休み

【時間】13:30~15:00
【対象】介護をされている・介護をされていた方

かも★ん(親子のひろば)

ご予約不要。初めての方も気軽にご参加ください。

0歳からの親と子のひろばです。
子どもを遊ばせながらお母さんやボランティアさんとお話ししませんか?

※概ね毎月第1・3火曜日

開催日時: 2月6日・20日(火)

10:00~12:00

【対象・定員】0歳児からの親子

【参加費】1家族100円/回(飲み物付)

【所長から一言】

2月はインフルエンザがピークを迎える時期ですね。職場や家庭でも感染予防を呼び掛ける機会も多いと思います。最大の予防はまず意識。意識が変われば行動が変わり、行動が変われば結果が変わります。

発達特性のある子どもとどのように向き合う?

◆ 第1回目 開催場所: 鴨志田ケアプラザ

【日時】2024年2月29日(木)

10:00~12:00

【内容】小川博隆さんをお招きして座談会

【参加費】300円(資料代含む)

【持ち物】筆記用具、上履きと外履き入れ

◆ 第2回目 開催場所: NPO法人街の家族

【日時】2024年3月15日(金)

10:30~12:00

【内容】交流会

【参加費】400円(お茶代・施設使用料含む)

おねがい

お願いします

買って使わなかったり、完成後余ってしまったなど、不要な毛糸があればご寄付ください。ケアプラザの活動で有効に使わせて頂きます。



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)

TEL (045)961-6911 FAX (045)960-6011 HP <http://www.fujizuka.com/plaza/>