

2月鴨めーる

初めての方歓迎！トーンチャイムの「かるがもクラブ」

講師：吉川 芳恵氏

【体験会開催日時】2月9日（日）・23日（日）

【定員・対象】先着6名 【体験料】200円（楽譜コピー代含む）

【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（チャイムを握る時に使用）

トーンチャイムの様子

日曜日が練習日



あおばFPくらしの会共催
「分かり易い相続の基礎知識」講座

【開催日時】2月8日（土）13:00～14:30

【対象・定員】20歳以上 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

～相続の基本と効果的な遺言～
家族構成に応じた、もめない・
減らさない・安心幸せな相続に必須
の基礎知識をお伝えします。



悠夕みのりサロン 講師：卯尾 直孝氏

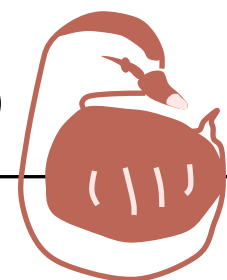
～日本の歴史から見た人口、寿命と高齢者の生き方～

【開催日時】2月26日（水）

13:30～15:30

- 一万年に亘り増え続けた日本の人口、寿命の推移と将来推計、世界最前線を歩む少子超高齢社会の現状（横浜市、青葉区含む）と展望。
- 江戸時代と現代の家族制度、女性の生き方を考察し、「人生100年時代」高齢者の健康と生きがい、幸せな生き方を一緒に考えてみましょう。

【対象・定員】18歳以上 先着20名 【参加費】400円（資料、お茶代含む）



かも～ん！うたごえ全員集合！ ギターに合わせて、懐かしい歌を唄いましょう。

【演奏者】近藤文雄氏

ドラマーとしても活躍しており、加藤登紀子、中島みゆき、薬師丸ひろ子他、レコーディングやツアーに参加。現在都内、神奈川県内の施設で年間100回以上のライブを展開中！

介護福祉士、音楽療法セラピスト、ギタリスト井上堯之氏に師事。

【開催日時】2月21日（金）10:00～11:45

【対象・定員】50歳以上 先着35名

【参加費】500円（お茶・資料代含む）

【持ち物】上履き・外履き入れ・水分補給用の飲み物

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17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17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7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。

講座申込・問合せ先：横浜市鴨志田地域ケアプラザ ☎ (961) 6911

ミニデイサービスひろがりサロン	3日	10日	24日	※内容や時間は要問合せ
親子のひろば かも☆ん	4日	18日		10:00~11:30
ほっこりんこ (子育て相談会場)	5.12.19.26日 ※日程・時間共に区のHPを要確認			
鴨志田ノルディック	6日	15日		※時間は要確認
鴨志田ウォーキングクラブ	12日			※時間・コース要問合せ
はまちゃん体操	7日	21日		10:10~11:00
協力医による無料健康相談	14日	28日		13:30~14:30 ※要予約
シルバーリハビリ体操	11日	25日		14:00~15:00
姿勢美人 (体幹トレーニング)	5日	19日		15:15~16:15
鴨のお茶の間	7日		※要予約	13:30~15:00
ぬりえサロン SAI	21日			13:00~15:00
鴨ちゃん健康クラブ	18日	※事前申込制		
鴨の花のとも (生け花)	22日	※事前申込制		

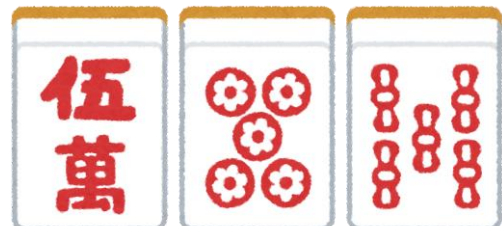
介護者のつどい

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。

2月27日(木)
13:30~15:00

【対象】介護をされている、介護をされていた方

【参加費】無料



未経験の方向けの麻雀教室2期生募集

【開催日時】初回4月14日(月) ※その後、概ね毎月第2・4月曜日 9:10~12:00

【参加費】1年間で2,500円(資料代含む)

地域の経験者がボランティアとして丁寧に教えてくれます。



【対象】
たちばな台、鴨志田町、寺家町、成合町の方が優先。お休みしないで2年間学べる方。

【申込み】2月1日開始 申し込み締め切り2月28日(金)

※抽選は3月3日です。当選者のみ概ね1週間以内にお電話致します。【定員】12名

楽しい朗読講座

講師：加藤一郎氏
声を出すことは健康維持にも繋がります。
一緒に朗読を楽しみましょう。

体験会の開催日時／
2月14日(金)
10:00~11:30

概ね毎週第2金曜日開催中
【対象・定員】18歳以上若干名
【体験料】500円

Kamo MYトレUP

講師：瀧田美江子氏
ラダーを使ったコグニサイズ
の他、ウォーキング、
椅子ヨガなど複合したプロ
ラムで充実した60分を
過ごしましょう。

体験会の開催日時／
3月11日(火)
10:00~11:00

概ね毎週第2火曜日に開催中
【対象・定員】18歳以上若干名
【体験料】550円

シルバーリハビリ体操

講師：プラチナヴィラの
理学療法士さん
無理なくできる緩やかな体操。
体力に自信がない方も一度見
学、体験に来てみませんか？

体験会の開催日時／
2月25日(火)
14:00~15:00

概ね毎週第2・4火曜日に
開催中
【対象・定員】50歳以上若干名
【体験料】600円