

11月



鴨めーる

【チームオレンジ事業】

認知症ミニ講座 ～ 知ることは力なり！

New!

11月6日(金) 10:00～11:30

- ① 講演会 10:00～11:00
- ② ちょこっと相談 11:00～11:30



東映作品、ドラマ仕立てのDVD『認知症と向き合う』を見ながら、認知症になっても住みやすい地域づくりについて、一緒に考えてみませんか？

【場 所】 鴨志田地域ケアプラザ 多目的ホール

【定 員】 30名（要申込、先着順）

【参加費】 無料

【持ち物】 上履き、外履き入れ



★ グループホーム『花物語あおば』

ホーム長 吉濱 恵 氏の講話と質問コーナーあり。

エンディングノートセミナー

11月10日(火) 14:00～15:00

【講師】『大成互助センター』岩佐和彦 氏

冠婚葬祭アドバイザー／終活コーディネーター

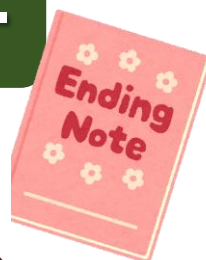
- ☑ いつから書き始めれば良い？
- ☑ 家族に伝えておくことは？
- ☑ 遺言書との違いは？

【定 員】 8名（要申込）

【参加費】 無料

【持ち物】 上履き、外履き入れ

★ セミナー終了後は、個別で講師の方へのご相談もできます。



心あたたまる話しをシェアしよう



ごきげんカード

「気づきの和ポスト」プロジェクト



気づきの和

地域で見つけたgoodnews、心あたたまるといい話を集めています！集まったメッセージは気づきの和通信「ごきげん」で披露します。

ポスト設置場所



秋のフルーツとピアノのコンサート

11月14日(土) 13:00～14:15

【参加費】 おひとり500円

フルーツとピアノの華やかなコラボに加え、ピアノ連弾、ピアノ6手も登場！

NEW

本格的な名曲から映画音楽、ポピュラーまで盛りだくさん！！

ここでしか聴けないアンサンブルをお届けします！！！！

【曲目】 赤とんぼ、月の光、ムーンリバー、スターウォーズからレイア姫のテーマ、亜麻色の髪の乙女 ほか

【出演者】 フルート／中里美沙 氏

ピアノ／小西道子、郷地恵理子、吉川芳恵氏

【定員・対象】 小学生以上（先着35名）

【令和8年11月の予定】

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

ミニデイサービスひろがりサロン	2日	9日	23日	※内容や時間は要問合せ
親子のひろば かも☆ん	3日	17日	※要予約	10:00～11:30
あおば子ども食堂	4日	11日	18日 25日	
ほっこりんこ（子育て相談会場）	4日・11日・18日・25日	※区のHP参照・要確認		
姿勢美人（体幹トレーニング）	4日	18日		15:15～16:15
鴨志田ノルディック	5日	21日	※時間要確認	
鴨のお茶の間	6日		※要予約	13:30～15:00
はまちゃん体操	6日	20日	※予約不要	10:10～11:00
シルバーリハビリ体操	10日	24日		14:00～15:00
鴨志田ウォーキングクラブ	11日	※時間、場所要確認		
歴史謎解きシリーズ	11日			13:00～14:30
協力医による無料健康相談 （かもしだ内科クリニック粟井医師）	13日	27日	13:30～14:30内	※要予約
鴨ちゃん健康クラブ	17日	※事前申込制		
ぬりえサロン SAI	20日			13:00～15:00
かもマチ食堂（カレーライス）	28日	※要予約		※時間要確認
介護者のつどい 26日 13:30～15:00 介護をされている方、介護をされていた方。				

花空間主催

直径25cmのフレッシュな！

【開催日時】 クリスマスリースを作ろう

1回目 11月19日（木）10:00～12:30

2回目 11月21日（土）13:00～15:00

※仕上がり次第の退出可

【費用】1つ2,200円（材料費含む）

※別途リボンなど有料でオプションもあります。

【対象・定員】小学生～大人の方 先着10名

※小学5年生以下は保護者同伴

【申込み】電話または窓口

【持ち物】グルーガン（無料貸出あり）、
グルースティック（1本50円ご用意あり）、
作品を持ち帰る袋、上履き、
外履き入れ、任意でお飲み物



青葉区ヘルスメイト主催
（桂台・柿の木台地区）

参加費無料

バランスの良い食事を
摂っていますか？

【開催日時】11月25日（水）
13:30～15:00

【内容】

健康寿命を延ばすレシピの紹介や
フレイル予防の説明簡単な調理の
デモと試食会

【対象・定員】

概ね60歳以上の方
先着15名



所長の
ひとこと

私の身内が先日緊急入院をしました。病院生活は不自由で大変なのだと思います。
ただ、元気になるにつれて、家族に対する注文が沢山出てくるのです。

「あれが欲しい」「あれを持ってきてくれ」と…。優しくするのですが、ほどほどに
してもらわないと家族が倒れてしまうと…。入院している本人の気持ちもわかるのですが…。
「支える側の大変さ」を実感いたしました。

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/>