

新 ふれあい中川 ~人生これから~

元気♣️倶楽部

笑顔サロン in 中川

😊美味しく食べてすてきな笑顔で幸福度アップ

日程：令和7年4月3日(木)

時間：13:30~15:00

場所：多目的ホール

対象：おおむね65歳以上の方

参加費：無料

持ち物：飲み物・上履き・手鏡

講師：(株)笑顔サロン代表 上坂尚美先生

申込：元気♣️倶楽部 初めての方はお電話ください



うたって脳トレ

3月28日(金)
13:30~14:30
(13:00~受付)

みんなが聞いたことがある曲を思い出しなさい、楽しく歌いましょう!

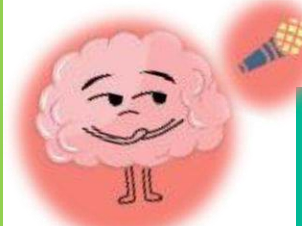


講師 水野さち

定員 30名

参加費 ¥300

予約不要



自分の好きを大切に書く
筆文字講座です

おえかき書道



お絵描き書道家
糀 清美氏

日程：4月3日(木)

①9:30~10:40

②10:50~12:00

※各回①② 定員8名

対象：小学生~シニア

参加費：500円

持ち物：筆ペン(軟筆)

申込：随時受付

ママのためのアロマ講座

~アロマで自律神経バランスを整える~

日程：令和7年4月23日(水)

時間：10:00~11:30

場所：多目的ホール

対象：0歳から未就園児の親子10組

参加費：500円

(お持ち帰り用ミニボトルあり)

講師：大石祐里氏

(アロマセラピスト・看護師)

申込：3/24(月)10時より電話または来館にて

好きな香りで
リフレッシュ
しましょう♡



おとカフェ

~ 学びと語らいの大人カフェ@中川 ~

人生のセカンドステージを迎えた女性を対象にした、『体験講座+交流』を楽しむ地域の居場所サロンです。

第1回 リフレッシュ音読体験

一緒に声を出しあって、音読で健康寿命を伸ばしましょう♪

日程：令和7年4月15日(火)

時間：14:00~16:00

(お部屋は17:00まで開放しています)

場所：ボランティアルーム

対象：10名 参加費：800円

講師：安井 裕子 氏

(一社)日本音読協会認定プロフェッサー

申込：3/18(火)10時より電話または来館にて



中川地域ケアプラザ 登録団体さんの つづき言語会 活動紹介

脳血管疾患等の後遺症により、麻痺、高次機能障害がある同士が月2回集まり、仲間との交流を通して言語の練習や音読、月1回は音楽の講師が加わり歌や音楽を使ったゲームで活動をしています。お陰様で活動を始めて21年目を迎えました。私達と一緒に活動を楽しみませんか。

活動日：毎月第1・3火曜 13:00~15:00

(変更になる場合もあります)

体験費：200円(体験は1回のみ)

中川地域ケアプラザ イベントカレンダー

3月

対象・・・★地域一般 ◆高齢 ✿障がい ☆子育て

☐要申込 ☑参加費あり ☒持ち物あり

月	火	水	木	金	土	日
				1日 貸館抽選会 9:30~ ※電話での仮申込み 11:30~	1 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30~	2
3 	4 ☆ママと赤ちゃんのための ゆったりヨガ ☐☑☒ 10:00~	5	6 ★ふれあい中川 元気倶楽部 ☐☒ 13:30~	7	8 ★ラジオ体操 &レクダンス ☒10:00~ ★美と健康の プログラム ☑13:00~	9
10 ☆赤ちゃん会 10:00~ ✿みんな ☑13:00~	11	12 ★スマホ講座 9:45~ ★なかなか サロン ☑13:00~	13 ☆タンポポ ひろば 10:30~ ✿傾聴サロン You & Me 13:30~	14 ★ほっと カフェ中川 ☑9:30~	15 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30~	16 なかがア まつり 10時 ~14時 
17	18	19 ★シング・シ ング・シング ☐☑13:30 ~	20	21 	22	23 
24 ★ほっと カフェ中川 ☑9:30~	25 	26 ★なかなか サロン ☑13:00~	27 ◆中川健康 麻雀サロン 12:45~ ★介護者の つどい 13:30~	28 ★うたって 脳トレ ☑13:30~	29	30 全館清掃日

3月 情報ラウンジ作品展のご案内

高齢サービス作品展

3月7日以降順次展示

させていただきます。利用者様が一生懸命取り組まれた作品です。

ぜひご覧ください！！

皆さまのご来館お待ちしております



社会福祉法人若竹大寿会

横浜市中川地域ケアプラザ



住所：〒224-0001 都筑区中川1-1-1

TEL：045 (500) 9321

受付時間：9:00~18:00 (日曜、祝日：9:00~17:00)

休館日：毎月最終日曜日・年末年始

担当地区：大榎町・大榎西・牛久保東・牛久保西・牛久保牛久保町・中川・中川中央・あゆみヶ丘



LINE



Instagram

※ご来館での
ご相談は
事前にご連
絡ください

