

第5回 和食講座 ～かき揚げ丼・すまし汁づくり～

日本食の文化にふれ、和食をきっかけに地域の皆さんと交流してみませんか？

**開催場所** 横浜市原宿地域ケアプラザ  
**日時** 令和6年5月25日(土) 11時～14時  
**対象** 海外にルーツを持つ方・日本文化に興味のある方  
**参加費** 500円/1人(保険料含む) / 定員 10名(事前申込制)  
**申込み** 令和6年4月27日(土)9時～ 電話又は来館にて(045-854-2291)  
**持ち物** エプロン・三角巾(バンダナ)・タオル  
**講師** 海鮮北の漁場 中澤 すみこ氏 ※詳細はお問合せ下さい。担当 小林

社会福祉法人 聖母会 横浜市原宿地域ケアプラザ

生き活き

【第144号】  
 令和6年3月31日発行  
 横浜市戸塚区原宿4-36-1  
 代表 045(854)2291  
 FAX 045(854)2299  
 福祉保健の相談は包括支援センターへ  
 相談専用 045(854)2293  
 発行責任者 所長 葛西 範佳

とつかパパ楽の会(TPR)

T(とつか) とつかの地域のなかで  
 P(パパ) パパたちがゆるやかに集まって、つながって  
 R(らく) 気持ちを「楽」に！みんなで「楽しもう」子育て♪

パパとお子さんが楽しめる企画で、パパの子育てを応援していきます！

**場所** 俣野公園(現地集合・現地解散)  
**日時** 令和6年5月12日(日)10時～11時30分  
**内容** 俣野公園ちびっ子プレイパーク  
**対象** パパと未就学のお子さん  
**定員** 15組(先着・事前申込み)  
**申込み** 4/11(木)10時～お電話又は来館にて

雨天時は10時～  
 夢カフェであそぼう！  
 近隣の有料駐車場を  
 ご利用下さい。



※詳細はお問合せ下さい(045-854-2291)

担当 小林

手芸が好きな方！ちくちくロバ隊 隊員募集！



認知症サポーターキャラバンのマスコットである『ロバ隊長』と一緒に作ってくれる方を募集しています。お裁縫・手芸が好きな方、フェルトでロバのストラップを作りますか？

**日時** 毎月 第3金曜日 13時30分～15時  
 5/17・6/21・7/19・9/20 (8月はお休みです)

**場所** 横浜市原宿地域ケアプラザ  
**参加費** 無料  
**持ち物** ご自分のお裁縫道具あれば(こちらでもご用意出来ます)  
**申込み** 不要・当日直接OK



ロバくん  
 ストラップづくり  
 しませんか？

※詳細はお問合せ下さい(045-854-2291) 担当 小林

参加費無料 男の筋トレ～目指そう！健康長寿～ 大人気講座

プロの運動講師の指導のもと、しっかりとストレッチ・筋力トレーニングを行います。

**場所** 原宿地域ケアプラザ及び外のコース  
**日時** 5/16(木) 6/20(木) 7/18(木) 8/15(木) 9/19(木) 全5回 10時～11時30分  
**講師** バリスティクトレーナーズ 中村 幸貴氏  
**対象** 概ね60歳以上の男性の方  
**持ち物** タオル・飲み物・室内履き  
**服装** 動きやすい服装 ※6/20のみリュックなどの両手が使えるような靴・運動靴  
**申込み** 4/22(月)9時～お電話又は来館にて(045-854-2291) 担当 土井・小林

6/20(木)のみウォーキング  
 現地集合・現地解散  
 交通費実費



能登半島 復興応援・防災イベント

能登半島応援!!復興応援イベントを開催します。

**日時** 令和6年5月19日(日)  
 10時～15時

**場所** 原宿地域ケアプラザ  
 当日は能登半島地方の特産品や  
 バザー・パンなどの販売を行う予定です。

能登半島地震復興支援のため、  
 当日の売り上げの一部を寄付させていただきます。

当日お手伝い  
 頂ける  
 ボランティアさん  
 大募集！



おもちゃの電車大募集！

ご自宅にねむっている青いプラスチックのレール&電池で動くおもちゃの電車をご寄付下さい。 担当 小林

大正中学校の制服回収！

原宿地域ケアプラザにてサイズアウトや卒業などでご不要となりました大正中学校の制服を回収しています。 求む！男女制服上下・柔道着

※洗濯済みのもの  
 ※ジャージは回収対象外  
 ※Yシャツは未使用に近いもののみ回収対象



開館日・時間 平日 9時～21時 日・祝祭日 9時～17時  
 (毎月第3月曜日、12月29日～1月3日は休館)  
 福祉に関する相談 平日 9時～18時 日・祝祭日 9時～17時  
 開館時間に変更になっている場合がございますので、  
 詳細についてはお問合せ下さい。  
 ※夜間の貸し出しがない日は18時にて閉館となっています。

※感染状況により、事業の中止や延期、又は規模の縮小開催などあるかも知れませんが、ご不明な点等ありましたら、お問い合わせ下さい。

※ケアプラザの講座でお預かりした個人情報適切に管理し当該事業以外では使用いたしません。  
 ※掲載の画像は株式会社QOLサービスのイラストを使用しております



# 大正地区子育て支援情報

## 第7回 にこにこフリーマーケット

にこにこフリーマーケットを開催いたします。  
**日時** 令和6年5月6日(月・祝)  
 10時～13時30分頃  
**場所** 大正地区センター 体育室  
**出店受付** 令和6年3月15日(金)  
 13時30分～大正地区センター  
 (045-852-4111)  
 ※詳細は前号143号に掲載しています。  
 ※当日はマイバッグご持参下さい。  
 ※当日はたいしょう食堂(予約制)と同日開催となります。  
 詳細はお問合せ下さい。担当 小林  
 (045-854-2291)

## 7月開催! とつかパパ楽の会

**場所** 原宿地域ケアプラザ  
**日時** 令和6年7月7日(日)  
 10時～11時30分  
**内容** 水あそび(雨天時:室内)  
**対象** パパと未就学のお子さん  
**参加費** なし / 定員 15組  
**持ち物** タオル・飲み物・着替え  
 おもちゃ(記名して下さい)  
**申込み** 6/11(火)10時～  
 お電話又は来館にて  
 詳細はお問合せ下さい。担当 小林

## 赤ちゃん教室 ひよこ会

0歳児の第一子とその親、妊婦さん対象の教室です。  
 ○毎月第3水曜日  
 10時～11時30分  
 =原宿地域ケアプラザ  
 (045-854-2291)  
 令和6年度の予定  
 5月15日(水)、6月19日(水)  
 7月17日(水)、9月18日(水)  
 10月16日(水)、11月20日(水)  
 令和7年  
 1月15日(水)、2月19日(水)  
 3月19日(水)  
4月、8月、12月はお休み  
 となります

○毎月第3金曜日  
 10時～11時30分  
 =大正地区センター  
 (045-852-4111)

令和6年度の予定  
 5月17日(金)、6月21日(金)  
 7月19日(金)、9月20日(金)  
 10月18日(金)、11月15日(金)  
 令和7年  
 1月17日(金)、2月21日(金)  
 3月21日(金)  
4月、8月、12月はお休み  
 となります

お問合せ  
 戸塚区役所 こども家庭支援課  
 電話 045-866-8469  
 FAX 045-866-8473

## 親子サークル活動

わんぱくキッズ どんぐり  
 原則第3火曜日 原則第2火曜日  
 10時～11時半 10時～11時半  
 原宿地域ケアプラザ 深谷俣野地域ケアプラザ

わんぱくキッズ 令和6年度の予定

わんぱくキッズの活動日は  
原則第3火曜日となります。

令和6年 4月16日(火)、5月21日(火)  
 6月18日(火)、7月16日(火)  
 9月17日(火)、10月15日(火)  
 11月19日(火)、12月17日(火)  
 令和7年 1月21日(火)、2月18日(火)  
 3月4日(火)

- ・5月21日(火)ミニ運動会(大正地区センター)を行います
- ・8月はお休みとなります
- ・12月17日(火)クリスマス会を行います

## 遊び場しゃべり場ほっとタイム

就園前の子どもの遊び場です。子育て支援者さんが相談にも乗ってくれます。※祝日はお休みです。

<大正地区センター> 毎週火曜日  
 10時～12時 プレイルーム にて  
 <原宿地域ケアプラザ> 毎週金曜日  
 14時～16時

多目的ホール にて  
 お問合せ 戸塚区役所 こども家庭支援課  
 電話 866-8469  
 FAX 866-8473

## 第16回 食品配布会

**日時** 令和6年6月9日(日)  
 12時～13時  
**会場** 大正地区センター  
**定員** 50家族(事前予約制、予約数に達し次第受付終了)  
**対象者** 原則大正地区にお住いの方  
**申込み** 5/16(木)13時30分～受付開始  
 大正地区センター(045-852-4111)  
 当日は大きめの袋(バッグ)をご持参下さい。  
 詳細は原宿地域ケアプラザ又は大正地区センターへ

## 第9回 たいしょう食堂

**開催日時** 令和6年5月6日(月・祝)  
 ①11時～ ②12時～ ③13時～  
**会場** 大正地区センター2階  
**定員** 50名  
 (定員になり次第受付終了)  
**対象者** どなたでも  
**参加費** 大人300円  
 子ども(中学生まで)100円  
**申込み** 4月8日(月) 13時30分～  
 大正地区センター(045-852-4111)まで

## 楽しくトレーニングしよう会

体操や脳トレを毎月1回(日曜日)楽しく開催しています。お気軽にご参加下さい。  
**場所** 原宿地域ケアプラザ 多目的ホール  
**日時** 毎月第4日曜日(原則)10時～11時  
 4/28・5/26  
**参加費** 100円(保険料)  
**持ち物** 運動しやすい服装・上靴・飲み物  
**申込み** 不要(直接会場にお越し下さい)  
 詳細は原宿地域ケアプラザ 土井まで  
 (045-854-2291)

## 原宿コグニサイズの会

認知症予防の体操やラダーステップを元気に楽しく行っています。  
**場所** 原宿地域ケアプラザ 多目的ホール  
**日時** 毎月第2土曜日 10時～11時  
 4/13・5/11  
**参加費** 100円(保険料)  
**持ち物** 運動しやすい服装・上靴・飲み物  
**申込み** 参加者募集中  
 お電話又は来館にて(045-854-2291)  
 原宿地域ケアプラザ 担当 土井

LINE公式アカウント  
 はじめました!



ID 84ksjbi  
<https://lin.ee/ThgDt6Sr>

- ・地域の子育て情報(遊び場、公園マップ)
- ・各種講座やイベント情報
- ・大正地区の医療施設、子育て関連施設
- ・SNS情報等、ご覧いただけます。