

新規メンバー募集中！

ケアプラザ活動団体紹介

見学・体験は自由となっています。
直接会場にお越し下さい。

活動団体名： ケアプラヨガ Yuj ユジュ
活動曜日： 第2・第4 土曜日
活動時間： 14時～15時

ヨガ初心者でも、体が硬くても、自分のペースで無理なく参加できるサークルです。地域在住の現役世代を中心に、新しい仲間とのつながりを築きながら、みんなでワイワイ楽しく情報交換などを行っています。お気軽にご参加ください。



活動時の様子

活動団体名： Be-ingヨガ
活動曜日： 第3土曜日
活動時間： 15時～16時30分

～令和7年5月に発足しました～硬くて動けるか心配な
かたでも大丈夫です。一緒に体を動かして、自分の身体
の特徴を把握しませんか？忙しく過ごす日々の中で、
自分を見つめる時間を一緒に作っていきましょう♪



第10回 にこにこマルシェ@たいしょう

申込番号
A-2508

第10回にこにこフリーマーケットの出店希望者を募集いたします。詳細については、
大正地区センター及び原宿地域ケアプラザまでお問合せください。

日時 令和7年11月24日(月・祝) 10時～13時30分頃
場所 大正地区センター 体育館
出店者募集 20区画(1区画あたり2m×2m)
出店料 500円
申込み 大正地区センター(045-852-4111)
令和7年9月1日(月)13時30分～ 受付開始

※ご自宅で使わなくなった品や趣味の
手作り雑貨など、
リユース品等
のご家庭の物となります
ので、ご了承お願い
いたします。

※詳しくはお問合せください。(045-854-2291) 担当 小林

よこはまシニアボランティアポイント登録研修会

申込番号
B-2507

地域の介護施設などでボランティアをしてポイントを貯めませんか？
ポイントは換金・寄付などを行うことができます。

日時 令和7年10月21日(火) 13時～15時
場所 大正地区センター / 定員 20名(先着)
対象者 65歳以上で、横浜市民の方(代理参加不可)
持ち物 介護保険証コピー(※必ずご持参願います)・筆記用具
申込み 9月11日(木)9時～ お電話又は来館にて(045-854-2291) 担当 小林・瀧澤



社会福祉法人 聖母会 横浜市原宿地域ケアプラザ

【第152号】

生き活き 8・9月号

住所：横浜市戸塚区原宿4-36-1 代表電話：045(854)2291 FAX：045(854)2299

相談専用：045(854)2293 福祉保健の相談は包括支援センターへ

(原宿1～5、小雀町、影取町、東俣野町、深谷町の一部、汲沢町の一部)

発行責任者 所長 葛西範佳

【地域包括支援センターからのお知らせ】

原宿地域ケアプラザの窓口での相談はこれまで予約なしで行っていましたが、**10/1(水)より予約制**とさせていただきます。
相談をご希望の場合はまずはお電話でのご連絡をお願いいたします。

【お知らせ】

講座申込時は
申込番号を
お伝えください



今年も開催します！

若返り塾

三味線体操！

申込番号
B-2505

いつまでも楽しく元気で過ごす4つの秘訣(運動・口腔・社会参加・栄養)を伝授します！
毎年好評の三味線体操も開催します。楽しく体を動かし頭も体もリフレッシュ！

日時 ①9/25(木) ②10/1(水) ③10/9(木) ④10/30(木) 10時～11時30分

場所 原宿地域ケアプラザ 多目的ホール

対象者 おおむね60才以上の方

参加費 無 料

定 員 30名(申込制・先着順)

持ち物 飲み物・上履き・動きやすい服装・10/9のみ手鏡

申込み 9月1日(月) 9時～ お電話又は来館にて



担当 土井

おながく広場♪

申込番号
A-2506

親子で一緒に音楽を楽しみましょう！

日時 9/20(土) 10/18(土) 10時30分～11時15分
11/15(土) 12/20(土)

場所 原宿地域ケアプラザ

対象 0歳から未就学児の親子(夫婦参加可)

参加費 500円(各回)/組(保険代含む)

定 員 お子さま10名(定員に達し次第終了)

持ち物 運動しやすい服装・水分

申込み 8/24(日) 9時～

お電話・来館又は二次元コードにて

※1回のみ参加も可能



親子でお芋ほり

申込番号
A-2508

日時 11/2(日) 10時～12時

場所 ハートケア横浜小雀

対象 未就学児親子

参加費 1家族500円(保険代含む)

持ち物 帽子・長靴・軍手・タオル・水分

お芋を入れる袋

申込み 10/6(月) 10時～

ハートケア横浜小雀(852-8611)又は原宿

地域ケアプラザまで、お電話・来館又は

二次元コードにて

※定員に達し次第受付終了



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



~8月・9月 いこいの広場~
 原宿地域ケアプラザにて開催中！
 お申込み・お問合せは ☎045-854-2291
 e-mail: info-yoyaku@harajyuku-cp.jpにて受付します

みんな集まれ！海のお祭り！！

■日時 8/3(日) 10:00~15:00
 ■内容 環境問題および防災に関する体験型イベント
 ■主催 NPO法人湘南クリーンエイドフォーラム
 ■協力 原宿地域ケアプラザ ■申込み 不要
 親子で楽しく体験できるイベントをご用意してます



プログラム詳細

フリースペース SORA

■日時 8/26(火)・9/23(火祝) 13:00~15:00
 ■参加費 100円(保険代を含む) ■申込み 不要
 どこかで一緒にお話しできる人はいないかな？
 月1回、友だちや大人に出会える居場所づくりを応援しています。のびのびと自由な時間を過ごしませんか？



スマホカフェ

隔月&木曜日開催に変更します
 ■日時 8/21(木)・9月はお休み 10:00~12:00
 ■参加費 100円 ■申込み 不要
 ■持ち物 お持ちのスマートフォン(機種不問)
 スマホやLINEの使い方わからない事はありませんか？
 お茶を飲みながらゆっくり相談できます。



「食」からつながる応援プロジェクト

第19回 大正食品配布会

■日時 9/14(日) 12:00~13:00
 ■場所 大正地区センター
 ■定員 50家族(事前予約・定員達し次第受付終了)
 ■対象 原則、大正地区にお住まいの方
 ■申込み 8/19(火) 13時30分~
 大正地区センター ☎045-852-4111
 ※開催当日は、大きめの袋やカバンなどをご持参下さい

※ 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います。

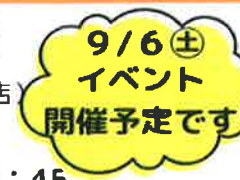
LINE公式アカウント はじめました！

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



絆食堂・ゆうゆう広場

■日時 8/3(日)海のお祭り!!に出店
 9/6(土)・9/20(土)
 *ゆうゆう広場 10:30~11:45
 *絆食堂 12:00~14:00
 ■食事代 300円以上/人の募金(18歳以上)
 18歳未満は無料。申込み不要。
 誰もが楽しめるみんなの遊び場や地域食堂を目指します。



わんぱくキッズ

■日時 8月はお休み・9/16(火) 10:00~11:30
 ■対象 0歳から就園までのお子様と保護者
 ■参加費 無料 ■申込み 不要
 子育て中のパパママ、お友達をつくりませんか？



おしゃべりカフェ

■日時 8/7(木)・9/4(木) 13:30~15:00
 ■メニュー コーヒー100円・ジュース50円
 ■申込み 不要 どなたでもお越し下さい
 コーヒーや紅茶を飲みながら、おしゃべりして楽しいひと時をすごしませんか？



一緒にロバのストラップ作りませんか？

ちくちくロバ隊 隊員募集

■日時 8月はお休み・9/19(金) 13:30~15:00
 ■参加費 無料
 ■申込み 不要・当日直接OK
 材料・道具はこちらでご準備します




・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。



大正地区子育て支援情報



8月			8月			9月			9月		
日	曜日	行事内容・主催	場所	日	曜日	行事内容・主催	場所	日	曜日	行事内容・主催	場所
3	日	海のお祭り	原宿地域ケアプラザ	25	木	おはなし会	原宿保育園	2	火	けん玉教室	大正地区センター
5	火	けん玉教室	大正地区センター	25	月	読み聞かせ	ぼっぼの家	4	木	おはなし手遊び広場	大正地区センター
5	火	誕生会&シアター	ぼっぼの家	29	金	ベビーマッサージ	ぼっぼの家	4	木	おしゃべりカフェ	原宿地域ケアプラザ
7	木	おしゃべりカフェ	原宿地域ケアプラザ	30	土	ぼっぼ祭り	ぼっぼの家	4	木	おはなしワールド	大正地区センター
7	木	おはなしワールド	大正地区センター	毎週 火		遊び場しゃべり場ほっとタイム	大正地区センター	6	土	ボールプール	ぼっぼの家
7	木	赤ちゃんタイム	ぼっぼの家	毎週 金		遊び場しゃべり場ほっとタイム	原宿地域ケアプラザ	9	火	どんぐり	深谷俣野地域ケアプラザ
7	木	ほいくえんdeみずあそび・施設開放	原宿保育園			保育園で水遊び	つどいの広場 さらさら	9	火	交流保育パラバルーンであそぼう	原宿保育園
9	火	交流保育パラバルーンであそぼう	原宿保育園			赤ちゃんタイム	つどいの広場 さらさら	9	月	読み聞かせ	ぼっぼの家
9	土	原宿公園プレイパーク(雨天:夢カフェへ行く)	俣野公園 多目的広場			園長先生の日	つどいの広場 さらさら	11	木	原宿サロン	原宿地域ケアプラザ
14	木	原宿サロン	原宿地域ケアプラザ			お誕生会	つどいの広場 さらさら	11	木	赤ちゃんタイム	ぼっぼの家
17	日	ジュニア体験講座(避難の体験あり)	大正地区センター			避難訓練	つどいの広場 さらさら	13	土	俣野公園プレイパーク(雨天:夢カフェへ行く)	俣野公園 多目的広場
19	金	ランチ交流	原宿保育園			歌とおはなし会	つどいの広場 さらさら	16	火	わんぱくキッズ	原宿地域ケアプラザ
23	土	リトミック	ぼっぼの家			保健師さんの話	つどいの広場 さらさら	17	水	赤ちゃん教室	原宿地域ケアプラザ
								17	水	ぼかぼか(公園遊び)	深谷俣野地域ケアプラザ
								18	木	子育てパートナー	ぼっぼの家
								19	金	赤ちゃん教室	大正地区センター
										園長先生の日	つどいの広場 さらさら
										お誕生会	つどいの広場 さらさら

予 告 健康フェスタ ~健康チェック~

申込番号 B-2506

日時 令和7年11月9日(日) ①10:00~ ②10:30~ ③11:00~
 場所 介護老人保健施設 ハートケア横浜小雀
 対象者 どなたでも / 定員 50名(申込制・先着順) / 参加費 無 料
 申込み 10月1日(水) 10時~ お電話又は来館にて
 原宿地域ケアプラザ(045-854-2291) ハートケア小雀(045-852-8611)まで
 お問合せ ハートケア横浜小雀(担当:土門)又は原宿地域ケアプラザ(担当:小林)まで

■詳細についてのお問合せ・お申し込みは、原宿地域ケアプラザ (045-854-2291) または各お申し込み先までお願い致します。

よこはまし はらじゅく ちいき
 横浜市原宿地域ケアプラザでは、下記SNSにてイベント情報を掲載しております。

ホームページ



www.harajyuku-cp.jp

X(旧twitter)



<https://twitter.com/keapura>

Facebook



<https://www.facebook.com/profile.php?id=100003735012577>

市民利用施設等イベント情報



https://cgi.city.yokohama.lg.jp/common/event2/institution_detail.html?id=453