

ゆうづるイッピー1月号

～市場が毎日HAPPYでありますように～

<運営方針> 地域に暮らす全ての方が、安心して安全に暮らすために地域と協働し、福祉保健活動・地域活動・地域交流の拠点をつくります。



〒230-0024
横浜市鶴見区市場下町11-5
指定管理者:社会福祉法人 大樹
横浜市鶴見市場地域ケアプラザ
横浜市鶴見市場コミュニティハウス
発行責任者:河野 新一
2022年12月23日発行:第186号
HPアドレス: <http://www.taiju.or.jp>
TEL 045-504-1077
045-500-6688
FAX 045-500-6677

★感染状況により中止・延期となることがありますので、ご了承ください。



本年もよろしく願いいたします

明けましておめでとうございます。

日頃から入館時の検温・消毒のほか、館内利用における様々な制約にご理解・ご協力いただきまして有難うございます。館内の消毒・換気等を行いつつ、皆様に安心してご利用頂けるよう努力致します。

新型コロナウイルス感染症の終息はまだ見えませんが、家に閉じこもってしまうことも心身への影響が大きくなってまいります。昨年のはじめは、ほがらか教室やのど自慢大会を再開し、徐々に利用範囲を広げてきました。

来館される皆様の笑顔を見ると、出来るだけ外に出て多くの方々と顔を合わせるこの大切さを感じます。

今年がウサギ年ですので、フットワークを軽くして更に活動を広げていきたいと思えます。本年もゆうづる職員一同で力を合わせて取り組めますので、宜しくお願い致します。

鶴見市場地域ケアプラザ ゆうづる 所長 河野新一



参加者募集

ヨガ健康体操教室

ヨガで健康増進&リフレッシュ!
講師の先生による指導なので、初めての方にもおすすめです。女性の参加者が多いですが、男性の参加ももちろんOKです。
ヨガマットなどは貸し出ししていますので、気軽に参加することができます。
新しいことに挑戦してみませんか??

日時: 1月~3月の第4金曜日
13:00~14:30

参加費: 750円 (3回で)

対象: 概ね60歳以上地域住民

申込: 1月14日(土) 10時~
電話で受付【先着順】



参加者募集

親子クッキング

1月の親子クッキングは、ウサギのケーキ作りをします!
生クリームを使って真っ白なウサギを作しましょう♪
簡単レシピなので初心者の方にもおすすめです。パパとの参加もおすすめです★

日時: 1月22日(日)
13:00~14:30

参加費: 800円

対象: 未就学児親子10組

申込: 1月8日(日) 10時~
電話で受付【先着順】



介護職と看護師を
募集しています!

詳細はご連絡ください!
(担当:河野)

ゆうづるHPで広報誌の他にも
事業の様子をブログでお伝えしています!

ゆうづるHP



●会場の記載がない事業はゆうづるが会場です。

詳しい内容はお気軽にゆうづるまで
お問合せ下さい♪

休館日：1月15日（日）

1月のイベント情報

※12/23時点の予定です。変更になることがあります

子育て支援キッズイベント 毎週火曜日10:00~11:00

(1)ゆうづるキッズイベント 第1・3週

第1週 3日（火）お休み
第3週 17日（火） 雅代先生によるリトミック

(2)キッズルームゆうづる 市場地区社協主催

第2週 10日（火） 青木先生による親子体操
第4週 24日（火） 星先生の音楽遊び

出張カフェ 10:00~11:30

楽しくお話しながらくついで下さいね！

参加費100円（フリードリンク）

【日程】 1月はお休み♪
【場所】 平安町第二会館

絵本で遊ぼう「おはなし広場」★日程変更あり

★地域ボランティアさんによる楽しい絵本お話し会です♪

日 時：1月25日（水）（原則毎月 第4水曜日）
前半：10:00~ 後半：10:30~

パパ交流会

日 時：1月21日（土）10:00~11:30

参加費：無料 申込み：不要

パパ同士でお喋りしたり遊びましょう！お気軽にご参加ください

ゆうづるルーム

★未就学児向けの開放ルームです。おもちゃがあります♪

日 時：平日・土曜（休館日を除く）9:00~18:30
日曜祝日 9:00~16:00

子育て支援者相談事業

子育てに関する事なら何でも聞いて下さい♪

日 時：毎週金曜日10:00~12:00

幹のパン販売

地域活動ホーム幹の手作りパンの販売です♪（2種類）

第4火曜日 11:45頃（予定）

自然館のクッキー販売

手作りクッキーの販売があります♪（毎月第2火曜日）

1月10日（火）11時~

協力医の健康相談会

畑先生の健康相談会。健康に関する相談ができます。子どもの相談もOK！※診療ではありません

1月11日（水）13時~14時頃 参加費：無料

たのしいかい（市場小コミュニティハウス）

内 容：軽体操、ウォーキング、脳トレ、製作など

日 時：第3水曜日 13:30~15:00

場 所：市場小コミュニティハウス ※変更有り。お問い合わせ下さい

会 費：月200円 対 象：中高年からどうぞ

ゆうづる倶楽部

日 時：第1・2・4火曜日13:00~15:00 体操は第1のみ実施

※12月は第2のみ開催

場 所：大和町会館（どこにお住まいの方も可）

参加費：200円

対象者：地域の方どなたでも

内 容：健康体操や手芸や脳トレなどのイベントを予定

つるかめサロン(会員制)

日 時：毎月第2金曜日 13:30~15:00

介護者の集い かたらい 介護の悩みを気軽にお話する場です

日 時：1月4日（水）/2月1日（水）13:00~14:30

パソコン相談室(初級編)

★わかりやすく丁寧に教えいたします。

日 時：毎月第3水曜日 13:30~16:00

講 師：鶴見区パソコンボランティア協会

参加費：無料

事前に相談内容を連絡頂くと当日スムーズにご説明できます♪

※ご自分のパソコンの持ち込みも可能です。

※感染症対策して1人15分~30分程度でお願いします。

ポッチャ交流会

日 時：1月18日（水） 毎月第3水曜 13:30~14:30

簡単・天気に左右されない・誰でも出来る！一緒に楽しみましょう。
簡単なスポーツです。

男の料理

日 時：1月16日（月）9:30~12:30【毎月第3月曜日】

材料費：500円~

みんなで買い出しから調理・会食・片付けまでを行います。

メニューは来てからの楽しみ！

男の筋トレ

日 時：1月21日（土）10:00~11:00【毎月第3土曜日】

器具は使わず椅子に座ったまま、椅子につかまって立った状態で行う
体操です。

ゆうづる健康マージャンサロン

★みんなで楽しくマージャンを通して交流しましょう♪

日 時：1週目はお休み・1月21日（土）13:00~15:00

（12:45~受付）【先着順】

卓に限りがありますので、ご了承ください。

参加費：無料

★1月よりすべての地域の方の参加が可能です！



【 イベントのお問合せ・お申し込み 】

TEL **500-6688**

【 その他のお問合せはこちらへ 】

TEL 504-1077

★☆☆編集担当より☆☆☆

年末に先立ち、今年は早めに大掃除をはじめました。1年使わなかったものは捨てる、レイアウトを変えるなどをコツコツやってきました。その甲斐あって大掃除を年内に終えることができそうです(^ ^)

皆さん、家事の中で一番嫌いなものは何ですか？ 私はお風呂掃除が一番嫌いです♡

介護職を募集しています！

詳細は上記連絡先へご連絡ください！（担当：河野）