



	事業名	10月	11月	12月	時間	参加費等
多世代交流	むうたんカフェ <11月オカリナ演奏 予約10/14 9:30~>	20	10	8	13:30~15:00	100円
	Village Mutsuura <レコード鑑賞会>	8	12	10	13:30~15:00	無料 予約不要
	うたごえ むつうた(6UTA) ギター伴奏で歌おう！	28	25	23	13:30~14:30	500円
大人向け	リラックスYOGA教室 ヨガで身体を整えよう	2	6	4	13:30~14:30	500円
	リズム&ピラティス <満席>リズム体操と体幹トレーニング	10,23	27	12,25	10:00~10:45	500円
趣味を通じた交流	手作り部	調整中	26	/	13:30~15:30	実費
	ボランティア部 おしゃべりしながら認知症マフやつるし難作り	1	5	3	13:30~15:00	無料
	フラワーアレンジメント 新鮮なお花をアレンジ！	14	11	9	①10:00~12:00 ②13:30~15:30	1100~2000円
	書道に親しむ <現在満席> 書で精神統一	7,21	4,18	2,16	13:00~14:30	1000円
	百人一首部 <現在満席> 和歌を読み解きかたる取り	17	21	19	10:30~11:30	無料
子ども支援	子育てサロン 心あん心あん 10/9 ハロウィン、11/13 秋の工作、12/11 クリスマス、1/8 冬の工作	9	13	11	10:00~11:30 (12.1月分10/1~受付開始)	無料・予約制
	むうたんリトミック<未就園児向け> リズムであそぼ	8,22	12,26	10,24	10:00~10:45	500円
	ママヨガ&ベビーマッサージ 親子のリラックスタイム	2	6	4	10:30~11:30	500円
	にじいろタイム 1才位~ <関東六浦こども園の先生と遊ぼう> 工作や読み聞かせ！	20	17	15	10:00~10:45	無料
	学習支援 むうたん塾 元教員や大学生等による寄り添い型学習支援 中学生若干募集中	基本毎週木曜日			小学生 17:00~18:00 中学生 18:30~20:00	1000円/月

他にも、趣味や健康体操団体のサークル活動など**沢山**あります。この**秋**、何か始めませんか？

生活支援体制整備事業

**ささえ愛のつどい** お仲間募集中！ 興味のある方見学も歓迎です  
地域のつながりづくりに、気軽に参加してみませんか？身近な話題や気になるテーマをみんなで一緒に学び、語り合える場です。これからも「知りたい」「話したい」を大切に丁寧に対話しながら企画を進めていきます。次回開催：9月30日（火）10:00~

**3rd place 体験してみ隊** 地域の参加者と一緒に気軽に楽しめるウォーキングコースの計画を一から進めています。「ちょっとやってみたいな」を形にしていく場です。初参加歓迎しています

**六浦ボランティアネットワーク<六浦西・六浦・六浦東地区エリア>** 助け合いの町づくりを進める「住民主体の団体」です。ご依頼は事務局までご相談ください。身近に頼れる方がいない場合はご相談ください。付添家事援助見守り等(500円/1人1時間)、庭仕事(暑い時期休止) 事務局:渡邊

デイサービス

今年は9月9日~15日まで敬老会を開催しました。100歳以上の方も3名います。皆様、これからもお元気でデイサービスにお越しください！



みんなの  
ケアプラザ

【お問い合わせ・お申し込み】  
**横浜市六浦地域ケアプラザ**  
〒236-0031 金沢区六浦5-20-2  
電話 045-349-5141  
HP: <https://mutuura-careplaza.jp>

