

桂台ケアプラザだより

2026年
1月号

発行日 / 令和8年1月1日

発行責任者 / 勝呂 朋子

編集・発行 / 横浜市桂台地域ケアプラザ

お問い合わせ先 / 045-897-1111(代)

あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

午（うま）は、昔から 躍動・成功・勝負運 を象徴する干支とされています。まっすぐ前へ進む力強さから、努力が実を結ぶ年ともいわれます。また、馬は人の暮らしを支えてきた大切な存在で、家族を守り、幸せを運ぶ縁起の良い動物として親しまれてきました。2026年は、その中でも活気のある「丙午（ひのえうま）」ということで、新しい挑戦にぴったりの年です。趣味活動やボランティアなど、何かチャレンジしてみたい方は、ぜひご相談ください。



令和八年

福の神様の
お慶びの申す年

イベントのおしらせ

下記のイベントについてのお申込みやお問い合わせは、桂台地域ケアプラザ（☎045-897-1111）にご連絡ください。

キッチンダンディーズ（男の料理教室）

男性同士、語りながら料理をしませんか。先生が教えてくれるので、初心者も安心です。中華まん、あんまん、中華スープ、杏仁豆腐などを作る予定です。料理を学び、普段の生活にも活かしていきましょう！

日時：令和8年2月22日（日）9時半～14時

場所：桂台地域ケアプラザ 2階

定員：5～6名程度（定員次第×切）

桂台カフェ 認知症の人と家族のつどい

毎月、第1日曜日開催している桂台カフェですが、2月は管理栄養士の方をお招きして、研修会を企画しています！テーマは「介護者のための栄養・介護食」です。

日時：令和8年2月1日（日）13:00～15:30

場所：桂台地域ケアプラザ 2階

対象：認知症の方を介護しているご家族の方

参加費：100円

講師：濱本 暁子氏（クロスハート認定栄養ケア・ステーション）

研修の他に、家族同士で情報交換のお時間があります。みなでおしるこも食べる予定です！初めて参加を希望される方は、お気軽にご相談ください。☎045-897-1111

おもちゃ文庫「ぽこ」時間変更のお知らせ ※12/26～1/6は冬休みです

「ぽこ」は予約なしで気軽に親子で遊べる居場所（未就学児対象）です。子育て支援者さんもいるので安心です。1月から開庫時間が変更になりますので、ご注意ください。

日時：毎週月・火・木・金曜日 10時～13時

毎週水曜日 10時～12時 ※いずれも祝日は休み

場所：桂台地域ケアプラザ・サポートセンター 1階 おもちゃ文庫ぽこ

（初めての方は受付にお声掛け頂ければ、ご案内します）



第45回横浜市社会福祉大会や第37回栄区社会福祉大会が11月に開催されました。地域福祉保健活動にご尽力されている個人や団体の方が表彰されています。今月号と来月号で、一部の団体さんをご紹介します。



スリーAスマイルの会

毎月、第2・4水曜日に実施している認知症予防のサロンです。「明るく、頭をつかって、あきらめない」がスローガンです。ボランティアの皆さんが順番にリーダーをつとめ、脳トレや体操、うたなどを楽しんでいます。毎年、12月にはクリスマス会も実施しており、参加者がサンタ役もして盛り上がります。心配な方を見守ってくださったり、楽しい雰囲気を作ってくださいたり、いつもありがとうございます！



新規参加も大歓迎です。
ご希望の方は、
桂台地域ケアプラザ
☎045-897-1111
にご相談ください。

湘南桂台みどりの会

湘南桂台エリアを花と緑を通して活性化する活動をされています。桂山公園やイトーヨーカドー前のプランター、バスの折り返し所、ともガーデン、桂台地域ケアプラザのウェルカムガーデンなど、地域全体を綺麗にされるだけでなく、桂台中学校の生徒や公田サッカーのこどもたちなどとも一緒に活動を通して交流もされています。桂台地域ケアプラザとしても、ハンギングバスケット作りに利用者さんが参加させて頂いたり、お花の写真展をギャラリーぷちぷちで実施したり、お庭の管理にもご協力いただいております。いつもありがとうございます！

先日は皇帝ダリアまつりも行われ、その後の芋煮会にもぎわっていました！



インフルエンザなどの感染症が猛威をふるっています。予防のために、一人ひとりが基本の対策をしっかり行うことが大切です！

①流水と石けんで手洗い

②咳エチケット（マスクの着用やティッシュ・ハンカチなどで口や鼻を覆う）

③換気を行う（できれば窓を2か所あける）



横浜市桂台地域ケアプラザの館内には、マスクの着用が難しい方もいらっしゃいます。着用が可能なご来館の皆さまは、引き続き着用のご協力をお願いいたします。

最

近

の

桂

台

デ

イ

素敵なハーモニーを
ありがとうございました！



スペシャルデイの日は、臨時利用の方や地域の方でにぎわっています。紙面の都合上、一部のご紹介となっておりますが、ご協力いただいております団体の皆さま、いつもありがとうございます！

これからも素敵な団体さんや個人の方にお越し頂く予定が立っております。ぜひ桂台ケアプラザよりのカレンダーやInstagramをご覧ください。デイサービスのご利用者様以外もご観覧いただけますので、気軽にお越しください。

桂台地域ケアプラザ

令和8年1月カレンダー

開館時間

■:9:00~18:00

■:9:00~17:00

■:9:00~21:00

日	月	火	水	木	金	土
★桂台ケアプラザ スペシャルデイ★ 1/16(金)小雀会(踊り) 1/22(木)おかりな・どるちえ(オカリナ演奏) 1/30(金)ベラハーモニー(ハーモニカ演奏) ※いずれも14時~、当日受付にお声掛けください。				1 休館日 	2 休館日	3 休館日
4 桂台カフェ ※お休み	5 ひまわり (ふまねっと) 13:00~	6	7 コミュニティバス 「ばすっぴー」	8 ぶらっとオアシス 14:00~ 木曜サロン 15:00~	9	10
11 休館日	12	13 桂台げんき食堂 15:00~18:30 桂台げんき食堂 学習室 15:00~17:00	14 スリーA スマイルの会 10:00~	15 ゴールデン ボッチャ 13:30~	16 PWクラブ桂台 9:30~ スペシャルデイ 14:00~	17 医療相談
18	19 ひまわり (ふまねっと) 13:00~	20 冬の工作& ふれあい遊び 10:30~	21 NFの会 11:00~ 桂台スロー ショッピング	22 冬の栄養講座 14:00~ スペシャルデイ 14:00~	23	24 桂台de アロマな時間 14:00~
25	26	27	28 スリーA スマイルの会 10:00~	29 ゴールデン ボッチャ 13:30~ ナイトヨガ 19:00~	30 スペシャルデイ 14:00~	31 医療相談

コミュニティバス「ばすっぴー」…湘南桂台自治会が実施しているセンターゾーン(商店や銀行ATMがある)と桂台周辺エリアを周回するコミュニティバスです。ライフコートさかえの協力を受けています。どなたでも乗ることができます。時刻表など詳細は左記コードの「ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビ」からご確認ください。



検索ナビをひらいたら、「ばすっぴー」でキーワード検索!

おもちゃ文庫「ぽこ」…親子で遊べる居場所です。毎週月~金曜日(祝日を除く)10時~12時
12/26~1/6は閉庫しています。

木曜サロン…平均年齢50代のみんなでおしゃべりをする集まりです。

医療相談…協力医である進藤医院の鹿野先生に健康等の相談ができます。各日2組限定(予約制)

※各イベント等にご興味のある方は事前にご連絡・お申込み下さい。(☎045-897-1111)
また、直前で日程等が変更になる場合がございますので、ご了承ください。