



# つうしん 10月号

おかげさまで

【100号】

## にっぽらっぱフェスティバル 2022

11/26(土)・27(日)10:00-15:00

会場：新羽地域ケアプラザ 多目的ホール他

にっぽらっぱフェスティバル、3年ぶりの開催です。

「人と人、人と活動をつなぐ」をテーマに「参加型」です。

ケアプラザを利用する団体の皆さんと一緒に、その活動を体験してみませんか？

大人も子どもも楽しめる活動がたくさん！ぜひご参加ください。

### プログラム

いっしょにたのしもう！

#### 活動体験(3F~5F)

- 11/26**  
**10:00~**
1. 玉ねぎの皮で染物体験(ほっと・館) ★
  2. 心も体も楽しくなる朗読！(朗読の会 うぐいす)
  3. イギリス王宮の楽しい踊り(モナミあざみ野)
  4. 誰でもできる絵手紙作り(笑手紙倶楽部) ★  
※午前の部 11:00~/午後の部 13:30~
- 13:30~**
5. 楽しく歌おう(新羽うたの会)
  6. ヒップホップダンス(Fly Betty)



- 11/27**  
**10:00~**
1. 親子で楽しむお菓子作り(しふぉん) ★  
※午前の部 10:30~/午後の部 13:30~
  2. 大正琴を弾いてみよう(琴さくらの会)
  3. ボッチャで勝負！(スポーツ推進委員)
  4. ポチ袋を折ろう(折紙クラブ)
- 13:30~**
5. 楽しく詩吟をうたいましょう(耀羽吟詠会)
  6. 笑いヨガ(笑って楽遊快)
  7. 歌声喫茶でストレス発散！(スターダスト)★



活動体験はお申込みが必要です

11月2日(水)9時~(先着順)

来館・電話・FAX・HP 申し込みフォーム



にて

みにきて！

#### 作品展示(2F)

絵手紙・貼り絵・折り紙  
手作り小物(バッグ、眼鏡ケースなど)  
新羽ふれあい写真展  
(ひっとプラン住民交流部会主催)

おいしい！かわいい！

#### にっぽマルシェ (1F サブエントランス・2F ~14:00)

野菜・パン・クッキー  
マドレーヌ・パウンドケーキ  
ビスコッティ・ジャム  
手工芸品・木工芸品等

あそびにきて！

#### お楽しみコーナー

(1F エントランス ~14:00)

- 11/26** スーパーボールすくい★  
**11/27** バルーンアート

プログラムは館内やホームページにてご確認ください。★印のプログラムは参加費がかかります。

【問合せ】新羽地域ケアプラザ 地域活動交流 TEL：542-7207 / FAX：531-7011

# 紹介

## ★港北区元気づくりステーション★元気塾「新羽」に参加してみませんか？



「こんな事をやってみたい」と、活動の内容は参加者全員で話し合って決めています。現在のメンバーは60～80代、運動・脳トレ・お出掛けなど、ジャンルを問わず浅く広～くいろんなことを楽しんでいます。例えば・・・講師の生ギター演奏に合わせて歌ったり、パラリンピック種目のボッチャを体験したり、季節の花や木々を愛でながらのウォーキング、地域の定番踊り！大新羽音頭を教えてもらったりと、どれも和気あいあいと笑顔あふれる活動ばかりです。

下記、年内の予定を参考に気軽にご参加ください。



センター南駅周辺  
緑道ウォーキング

どんな風に活動しているのかな？  
見学だけでもOKです！



講師のギターと歌声にうっとり・・・  
ルールを学び楽しく試合！ボッチャ

参加費100円/1回 第2・第4水曜日 9:30～ 会場・集合場所：新羽地域ケアプラザ					
10月	12日	【運動】スクエアステップ/ラダー	11月	23日	【運動】3B体操
10月	26日	【運動】フランダース	12月	14日	【運動】シナプソロジー
11月	9日	【お出掛け】大塚・歳勝土遺跡公園	12月	28日	【学び】高齢者のお片付けと防災備蓄・収納

## どなたでも！お気軽に参加できるプログラム

### 新羽・北新横浜の未就学児・子育てサロン

たんぽぽへGO！！いっばいあそぼう！！

#### たんぽぽにっば

対象：1歳～  
毎月第2・4火曜日

日にち：10月11日・25日

11月8日・22日

時間：10:00～11:00

13:00～14:00

会場：新羽地域ケアプラザ4F

定員：12組24名

#### たんぽぽきたにっば

対象：6ヶ月～  
毎月第3月曜日

日にち：10月17日

11月21日

時間：10:00～11:30

会場：北新羽会館

### カフェ・ド・らんらん

美味しいコーヒーを淹れて  
お待ちしております。

毎月6日

13:00～14:30

10/6(木) ウクレレ演奏

11/6(日) ギター演奏

コーヒー・紅茶 150円



### にっばラジオ隊

毎月第2・4土曜日

10:00～10:15

10/8・22 新田緑道

新羽町自治会館前

11/12・26 西方寺駐車場

※雨天時中止



### スリーAにっば

笑って楽しく脳を活性化！

毎月第2月曜日

10:00～11:00

10/10、11/14

参加費100円



### ハンサム ポールウォーキング

毎月第3土曜日 9:30

新羽地域ケアプラザ集合

10/15 せせらぎ緑道

11/19 太尾見晴らしの丘

公園→駒岡神社

※ポールレンタル有

※雨天時中止



## ・・・介護のご相談、事業のお問合せ・お申込みは・・・ 横浜市新羽地域ケアプラザ・コミュニティハウス



〒223-0057 横浜市港北区新羽町1240-1

TEL：045-542-7207(代表) 045-542-7216(相談)

FAX：045-531-7011

※毎月第4月曜日と年末年始は休館日です。

〈交通案内〉

◆市営地下鉄「新羽駅」徒歩2分

◆市営バス41系統、東急バス綱72・74系統

「新羽駅」下車徒歩2分

※駐輪場がございません。駐車場は台数に限りがございます。

【ホームページ】 【フェイスブック】



今月の休館日  
10/24(月)