

2025
4

はっぴー まーけっと Happy Market

第1回ヘルキーマイフェア 令和7年5月31日開催

フリーマーケット
(出店者募集)
ワークショップ
ゴミ分別クイズ
子供向けゲームコーナー
食品販売・パン販売
コーヒー販売などなど



令和7年度 横浜市常盤台地域ケアプラザ
横浜市常盤台コミュニティハウス 共催事業

園芸ボランティア

値域ケアプラザ
1階園庭・2階中庭
お花の手入れ

4月21日(月)・5月19日(月)
10:00~12:00 (毎月第3月曜日)

ボランティア
随時募集中です!!

チェアリズム体操

野崎直子先生
参加費：500円

4月21日(月)・5月19日(月)
13:00~14:30

飲み物・上履き・日本手ぬぐい
椅子に座ってエクササイズ!!

プラスチックリサイクル工場見学

日時：5月29日木曜日 9:00~

集合場所：横浜駅

5月7日(水)~申込開始 参加費：300円

歌声サロン

工藤圭先生
参加費：200円

4月1日・15日(火)
5月6日・13日(火)
13:00~14:00

昔懐かしい歌,ちょっぴり新しい
歌を,みんなで一緒に!!

ときわCafé

4月25(金)・5月23(金) 10:00~13:00

コーヒー・紅茶

お茶菓子付き100円

おかわり自由

パンの販売もあります。お友達をお誘いのうえ、
コミハで楽しいひと時を
たのしみませんか?



体幹トレーニング

町田雄飛先生

定員20人(要予約)

参加費：500円 両方参加：800円 参加費：500円

持ち物：ゴムチューブ

飲み物・タオル(共通)

体幹を鍛えて姿勢よく
若々しく!!

ユニカール

4月17日(木)・5月15日(木)

定員10人(要予約)

持ち物：室内履き

陸上のカーリングを
体験しませんか?

こども体操教室

本田宏美先生

15:30~16:30

参加費：100円

年長(5才)~小学3年生(9才) 飲み物/タオル/上履き

定員：15人

持ってきてね!!

硬筆教室

坂上幸子先生

参加費：100円

4月8日(火)・15日(火)

5月13日(火)・20日(火)

15:00~1時間程度

2Bの鉛筆で美文字の練習を
ご一緒にいかがですか?

スポーツ吹き矢

参加費：200円

年齢・性別問わずに手軽にでき、ゲーム感覚で楽
しみながら健康になれるスポーツです。

4月9日(水)・12日(水)

5月14日(水)・28日(水)

13:00~14:30

横浜市常盤台コミュニティハウス

〒240-0067横浜市保土ヶ谷区常盤台53-2 (横国大西門前) ☎045-348-8277 Fax045-348-82088

(e-mail)tokiwadai-ch@roukyou.gr.jp (HP)http://tokiwadai-ch.roukyou.gr.jp/

開館時間

月~土 9:00~21:00

日・祝 9:00~17:00



	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1 次月予約開始 子育て相談 歌声サロン ひまわり	2 少林寺空手道	3 なるこ会	4 ステップ会	5
6	7	8 子育て相談 硬筆教室 ゆらぎ体操 Let's Sing!	9 スポーツ吹き矢 ビューティー3B リリノワサークル	10 バームクーヘン	11 赤ちゃん教室 ときわコーラス	12
13 ときわGOクラブ	14	15 子育て相談 歌声サロン 硬筆教室	16 こども体操教室 少林寺空手道	17 体幹トレーニング ユニカール なるこ会	18 ステップ会	19
20	21 園芸ボランティア チェアリスム体操	22 子育て相談 ゆらぎ体操 Let's Sing!	23 スポーツ吹き矢 ビューティー3B リリノワサークル	24 保土ヶ谷周辺 ウォーキング	25 ときわCafé あそびの会 ときわコーラス	26 雅の会
27 ときわGOクラブ	28 休館日	29	30	5/1 次月予約開始 なるこ会	2 ステップ会	3

バームクーヘン手形アート

かるがもきっずさんによる恒例の「手形アートの会」を開催しました。



手形を取った後、台紙に貼り付け思い思いに飾り付け
かわいい13の手形アートが出来ました。そのあと親子体操や絵本の読み聞かせなどで、楽しくすごしました。



作品展示

硬筆教室やお習字などの作品の展示を始めます。
地域の方々の作品も展示予定です。
詳しくは、窓口までお問い合わせください

絵本の貸し出しを始めます

赤ちゃんから幼稚園児までの小学生以下のお子さん対象に、絵本・児童書の貸し出しをすることになりました。
貸し出しシールの貼ってある本が対象です。
詳しくは、スタッフにお尋ねください。

