

2026

5

はっぴー まーけっと Happy Market

おとなも
こどもも
フリマ

第2回

ヘルキーマーケット メイフェア

2026年5月30日(土)
11:00~14:00

常盤台コミュニティハウス・常盤台地域ケアプラザ
共催

フリーマーケット

カレーライス・ドーナツ
コーヒー・お茶・わたがし等

「さかもとテラス」食品販売
国大「アグリッジ」野菜・多肉植物
ビーズブローチ等
保土ヶ谷更生保護女性会・お菓子販売

資源局によるゲーム・保活による体験
バルーンアート・ハンドマッサージ

常盤台コミュニティハウス ☎(045)348-8277

令和8年度 横浜市常盤台コミュニティハウス・横浜市常盤台地域ケアプラザ 共催



●園芸ボランティア

5月18日 10:00~12:00

●チェアリズム体操

5月18日 参加費：500円
13:00~14:30



●スポーツ吹き矢

5月13日・27日 参加費：200円
13:00~14:30



●ときわCafé

5月22日 参加費：200円
10:00~13:00



●硬筆教室

5月12日・19日 参加費：100円
15:30~16:30

●歌声サロン

5月19日 参加費：200円
5月5日は休みです 13:00~14:00



●体幹トレーニング・ユニカール

13:00~13:45 14:00~15:00

5月21日 参加費：各500円 両方参加：800円

●ウォーキング

5月28日 参加費：300円
10:00~12:00

コーヒー・紅茶 おかわり自由
お茶菓子付き200円 パンの販売もあります

毎月第2木曜日

定員12組
参加費無料
要予約

子育てサロン
バームクーヘン

ベビーも楽しいお話会

6月11日(木)10:00-11:30頃

6月のバームクーヘンは素敵な語り手を招いて
楽しいお話会をします。
パネルシアターやふれあい遊びもあります！
お待ちしております！

場 所 常盤台コミュニティハウス
対 象 0~3歳までの未就園児とその保護者
お申し込み 045-348-8277

*お電話またはコミュニティハウス受付に直接
お申し込みください。

InstagramのDMからも受け付けます！

語り手 大野 真智子さん
おはなしずみの会所属。20年近く語りや読み聞かせを学ぶ。



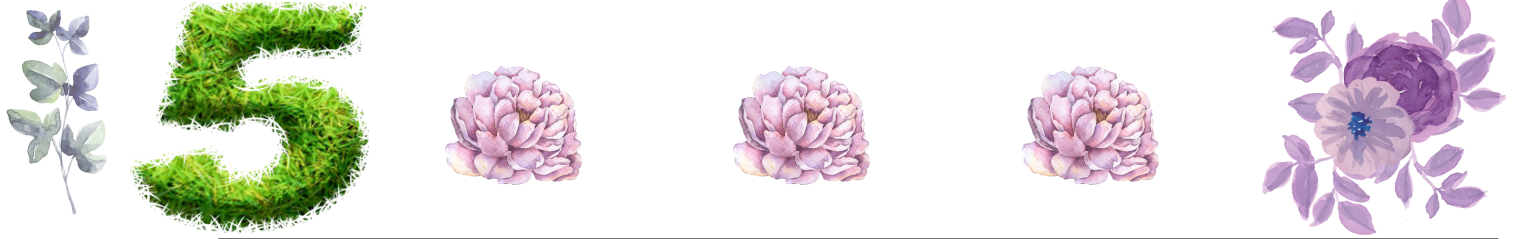
【お願い】自主事業の様子を写真に撮らせて頂きます。これらの写真はホームページ等の報告に使わせて
頂くものです。令和8年度常盤台コミュニティハウス・子育てサロンバームクーヘン（主任児童委員）共催事業

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 Fax045-348-8288
(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





Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
					1 次月予約開始	2
					ステップ会	
3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9
釜台囲碁愛好会		ひまわり		なるこ会	ときわコーラス	
10	11	12 ほどっこひろば	13	14 バームクーヘン 歯みがき講座	15 赤ちゃん教室	16
ハピネスソング ときわGOクラブ		硬筆教室 ゆらぎ体操 Let's Sing!	スポーツ吹き矢 ビューティー3B リノリノフラサークル 少林寺空手道		ステップ会	ミセスグリーンズ
17	18 園芸ボランティア チェアリズム体操	19 ほどっこひろば 歌声サロン 硬筆教室	20	21 体幹トレーニング ユニカール	22 ときわCafe あそびの会 ときわコーラス	23
釜台囲碁愛好会				なるこ会		雅の会
24	25 休館日	26 ほどっこひろば	27	28 ウォーキング	29	30 ヘルキー メイフェア
ときわGOクラブ		ゆらぎ体操 Let's Sing!	スポーツ吹き矢 ビューティー3B リノリノフラサークル 少林寺空手道			
31	6/1次月予約開始	2	3	4	5	6

さるぼぼ作り

「さるぼぼ」は飛騨地方の伝統的な御守人形。小さな正方形の布を折り紙の様に畳んで縫い留め、フウセンカズラの種を顔にして南天の木や松ぼっくりに飾り付けて完成。

布選びを楽しみ針を動かし無口になったり、皆で見せ合ったり楽しい時間だったという声をいただく事ができました。



体幹トレーニング

毎月第3木曜日に開催される体幹トレーニングでは、「正しい型を体で覚える」という事を意識してトレーニングしています。それぞれの体力に合わせて無理なく楽しく、少しずつ体幹が整えられて出来なかった事が出来るようになっていきます。一人でのトレーニングはなかなか難しいですが、みんなと一緒にだと、あっという間に時間が過ぎます。

