

# ほのぼの通信

2023

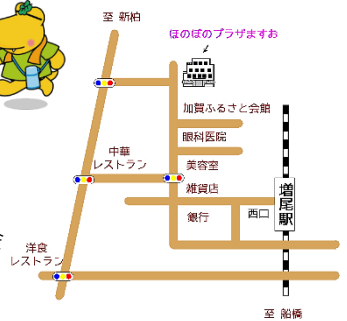
# 6月号

〔企画・運営〕

社会福祉法人柏市社会福祉協議会  
柏市加賀3丁目16-8

2023.6.12発行

フレイル  
予防  
ポイント  
対象



## 8月 イベント情報

イベントのお申し込みは

# 090-8739-5515

### お知らせ 募集



### その1

#### 2階イベント事業 企画提案説明会 | 要申込み

とき 7/26 (水) 13:30~15:00

対象 どなたでも

会場 ほのぼのプラザますお

▼詳細は次ページをご覧ください！

### その2

#### みんなのcaféぼへの カフェボラ説明会

とき 8/7 (月) 10:30~11:30

対象 中学生以上の方

会場 ほのぼのプラザますお

▼詳細は次ページをご覧ください！

NEW

#### 親子で作ろう！ はじめての川柳 (せんりゅう)

8/5 (土) 10:00~11:30

対象 小・中学生とご家族 (高学年のお子さんは一人での参加も可)

内容 川柳の基礎のお話し・句せんに作品を作り、お持ち帰りいただきます | 参加費: 500円 | 定員: 10組 | 持ち物: 筆記用具

その他: お子さんの名前のみ事前に講師へお伝えします

締切: 7/29 (土)

NEW

#### ハーモニカ 独りで練習より 大勢が楽しい ~初心者・入門者集まれ~

8/8 (火) 13:00~15:00

対象: どなたでも

内容: まずは“ふるさと”の曲から一緒に吹いてみましょう

参加費: 無料

定員: 20名

持ち物: ハーモニカ(無い方は見学となります)

締切: 8/1 (火)

#### 楽しく折り紙

8/17 (木) 10:00~12:00

対象: 折り紙の好きな方 (未就学児は保護者同伴)

内容: 折り紙で花火を作ります。夏休みの自由研究にいかがですか?

参加費: 200円

定員: 24名

持ち物: 筆記用具、糊、ハサミ、水分

締切: 8/10 (木)

#### ほのぼのしゃべくり会 (2)

~みんなで楽しく語ろう~

8/22 (火) 13:00~15:00

対象: どなたでも

内容: 自分の周りの出来事や世の中の出来事など自由に楽しく語る会

参加費: 無料

定員: 20名

持ち物: 筆記用具

締切: 8/15 (火)

NEW

#### ヨガセラピー (健康ヨガ)

8/19 (土) 10:00~11:30

対象: どなたでも (子供連れOK!)

内容: ゆったりと体を動かすヨガと呼吸法で、腰痛や肩こりの改善、ストレス解消に

参加費: 500円

定員: 20名

持ち物: 動きやすい服装、タオル、水分

締切: 8/12 (土)

※イベントの受付は月~土曜 9:30~16:30 (祝日除く) \*1  
※申し込み多数時は抽選。選外の方のみ\*2ご連絡いたします。  
※イベント会場は、全て「ほのぼのプラザますお」多目的ひろば2 (2階) です。

※イベント参加時はマスク着用のご協力をお願いします。  
※イベントは予定のため変更となる場合があります。

\*1 7/1から受付時間が10:00~16:00に変更となります

\*2 スマホ・パソコン使い方相談室除く



まだまだあるよ!

# ウラへ!



## 2階イベント事業企画提案説明会 | 要申込み

ほのぼのプラザで、あなたの趣味・特技・アイデアを活かすチャンスです！説明会へのご参加、お待ちしております！

と き 7 / 2 6 (水) 13:30~15:00  
 対 象 どなたでも  
 企画内容 誰でも自由に参加できる講座やイベント  
 場 所 ほのぼのプラザますお  
 参加費 無料  
 人 数 1団体2名以内  
 持ち物 筆記用具  
 申込方法 右記QRコード又は電話 (7170-5580)  
 ※QRコードでの受付は24時間です  
 申込期限 7 / 2 1 (金)



・脳トレ、体操、ハンドメイド、工作、パソコン・スマホ講座、歌など

## みんなのcaféぼ〜の カフェボラ説明会

内容 | カフェのお手伝いや来館者の話し相手、イベントスペースの受付や会場設営等のボランティアです。



フレイル予防  
ポイント  
対象活動

と き 8 / 7 (月) 10:30~11:30  
 対 象 中学生以上の方  
 会 場 ほのぼのプラザますお  
 申込み ご参加の方は右記へご連絡ください



活動曜日

月 火 木 土

午前または午後 ※終日も可

☎7170-5580

## お知らせ

7 / 1 (土) から、以下のとおり **受付時間が変更** となります。皆さまのご理解、ご協力の程お願い申し上げます。

6 / 3 0 (金) まで  
9:30~16:30

7 / 1 (土) 以降の受付  
10:00~16:00

つながる広がる

通いの場

みんなのcaféぼ〜の

月・火・木・土

10:00~15:30

※祝・年末年始休み

☎ 7170-5580



月・火・木・土

10:00~16:00

※祝・年末年始休み

☎ 7170-5580

柏南部第2  
地域包括支援  
センター

月~土

8:30~17:15

※祝・年末年始休み

☎ 7170-9300

### 通いの場ボランティア募集中!

隙間時間を活用しませんか？  
学生、お勤めの方、主婦、ご年配の方など。大歓迎です！（問合せ | 7170-5580）



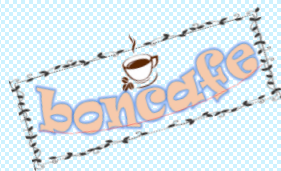
### LINE 公式アカウント

「ほのぼのプラザますお」  
から耳寄りな情報をお届けします。

## 柏南部第2地域包括支援センターより

EVENT!

## 認知症カフェ



1

誰でも気軽に立ち寄れる場所  
地域の皆様の憩いの場所  
居心地のいい場所

と き 8 / 1 8 (金) 10:00~12:00

と ころ ほのぼのプラザますお

定 員 25名

締 切 7 / 3 1 (月)

※コロナ感染予防のため飲食の提供を行いません。飲み物は各自ご持参ください。  
※マスク着用のご協力をお願いします。

EVENT!

2

書いてみよう!  
エンディングノート(終活)

エンディングノートの書き方、遺言の書き方、相続争いにならないための基礎理解  
※参加者にエンディングノートを差し上げます。

と き 8 / 1 8 (金) 14:00~15:00

と ころ ほのぼのプラザますお

講 師 コスモス成年後見サポートセンター

対 象 市内在住の高齢者の方

定 員 15~20名

締 切 8 / 1 7 (木)



上記1・2のお申し込みは  
柏南部第2地域包括支援センター

7 1 7 0 - 9 3 0 0



月~土  
8:30~17:15 ※祝・年末年始休み

Season

4

まだまだある！

地域の身近な福祉の相談窓口

増尾地域いきいきセンター

増尾地域いきいきセンターでは、様々なお困りごとのご相談をお受けしております。今月はどのような場所でお聞きしているかをご紹介します。

ほのほのプラザますお外観



柏市加賀3丁目16-8

1F



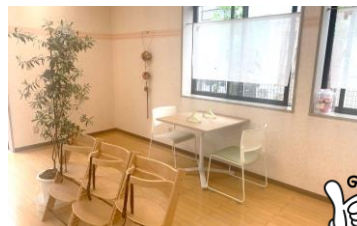
増尾地域いきいきセンター



こちらが、いきいきセンターの窓口です。開所曜日は、月・火・木・土の週4日で、担当者が皆さんのご相談に応じます。

みんなのcaféぼ～のカフェボラさんも待っています。

1階は、みんなのcaféぼ～の（通いの場）があります。フラッと立ち寄っておくつろぎいただけるスペースとなっています。



2F



2階は相談室があります。ゆったりと気兼ねなくご相談ができます。



授乳スペースもあります！お子様連れの方も気軽にご利用できます。



どこに相談したらよいかわからない。そんな福祉のお困りごとを『相談して良かった！』に

増尾地域いきいきセンター

月・火・木・土  
10:00～16:00  
※祝・年末年始休み  
☎ 7170-5580

