

# ゆうづるイッピー1月号

～市場が毎日HAPPYでありますように～

<運営方針> 地域に暮らす全ての人々が、安心して安全に暮らすために地域と協働し、福祉保健活動・地域活動・地域交流の拠点をづくりします。



〒230-0024  
横浜市鶴見区市場下町11-5  
指定管理者: 社会福祉法人 大樹  
横浜市鶴見市場地域ケアプラザ  
横浜市鶴見市場コミュニティハウス  
発行責任者: 同前 壮一郎  
2024年12月24日発行: 第209号  
HPアドレス: <http://www.taiju.or.jp>  
TEL 045-504-1077  
045-500-6688  
FAX 045-500-6677

## 今年もよろしくお祝い申し上げます

明けましておめでとうございます。

日頃からゆうづるの活動・運営について、多くのご理解とご協力をいただきまして、誠にありがとうございます。旧年中は、ケアプラザ所長同前とコミュニティハウス館長上村がそれぞれ着任し、不慣れな点も多くご迷惑をお掛けしたと思いますが、皆さまのおかげを持ちまして、多くのサポートをいただき滞ることなくゆうづるの運営を進めて参りました。特にゆうづる夏祭りでは、酷暑の中、コロナ禍以来のフル開催となり、たくさんの地域の皆さまのお力添えをいただき、新たな繋がりが数々できたこと、重ねてお礼申し上げます。

2025年ゆうづるは19年目の年となります。節目となる20年目に向けて地域の皆さまに、よりよい地域福祉の拠点として、親しみやすく誰でも訪れることのできる場所、安心してお困りごとを相談できる場所となるべく、職員一同力を尽くして参ります。

今年も皆さまの笑顔に支えられながら頑張る参りますので、どうぞよろしくお祝いいたします。皆さまにとってこの一年が素敵な年となりますように。

鶴見市場地域ケアプラザゆうづる 所長 同前 壮一郎

### 参加者募集

## ポム

### 発達が気になるお子さんを育てる親の集い

1月は体を動かす企画です！“ハイハイが苦手”“よく転ぶ”など手足に関するお悩みがある親子向けにあそびながら体を動かして体幹を鍛えましょう！

【日時】1月15日(水)10:00～11:00  
申込み不要！直接ゆうづるへお越しください♪  
手帳の有無などは問いません

### 参加者募集

## ヨガ健康体操教室

ヨガで健康増進しませんか？講師の方が来てくれるので初心者の方にもおすすめです！3か月間のコースとなっております！

【開催日】1/24・2/28・3/28(金)  
13:00～14:30

【対象】概ね60歳以上の方  
【参加費】750円(3回分を初回に集金)  
【持ち物】タオル・水分。動きやすい服装と裸足もしくは五本指ソックス  
【申込日】1/9(木)10時～電話にて受付

### 新しく入った職員を紹介します！

12月より地域包括支援センターに配属となりました主任ケアマネジャーの佐藤です。鶴見でのお仕事ははじめてですが、これまでの経験を活かして地域の一助となれるよう頑張ります。趣味は料理、酒場巡り、家族で格闘技観戦です。どうぞ末永く、よろしくお祝いいたします。

よろしくお祝いいたします！

＼あなたのイチ推し本を教えてください！／

### わたしのイチ推し本投票

今まで読んだ本・今年読んだ本など皆さんのオススメ本を教えてください。

今回、雑誌・マンガの投票は行いません。

【投票期間】2025/1/31(金)まで  
【結果発表】2025/2/10(月)館内掲示板  
投票用紙はゆうづる受付にあります。



オール市場とは…  
市場地区【市場下町・市場西中町・市場東中町・市場大和町・市場富士見町・菅沢町・平安町・栄町通3・4丁目】  
市場第2地区【元宮・尻手・市場上町】  
の住所のことだよ！

申込・問合せは ☎045-500-6688まで！

ゆうづるHPで広報誌の他にも  
事業の様子をブログでお伝えしています！

ゆうづるHP



●会場の記載がない事業はゆうづるが会場です。

詳しい内容はお気軽にゆうづるまで  
お問合せ下さい♪

# 1月のイベント情報

※発行日時点での予定です。変更になることがあります。

休館日：1月19日（日）

2024/12/29～

2025/1/3

**子育て支援キッズイベント** 毎週火曜日10:00～11:00

**(1)ゆうづるキッズイベント** 第1・3週

第1週 7日（火）みゆ先生の親子体操

第3週 21日（火）まさよ先生&えり先生によるリトミック

**(2)キッズルームゆうづる 市場地区社協主催**

第2週 14日（火）青木先生の親子体操

第4週 28日（火）星先生の音楽遊び

**出張カフェ 10:00～11:30**

楽しくお話しながらくつろいで下さいね！

参加費100円（フリードリンク）

【日程】 【場所】

1月お休み

次回は2月10日（月） 栄町公園集会場

**発達のお子さんをお育てる親御さんの集い**

★発達のお子さん、障がいのあるお子さんを育てている親御さんの集いです。（原則毎月第3水曜日）

日時：1月15日（水）10:00～11:00

**絵本で遊ぼう「おはなし広場」**

★地域ボランティアさんによる楽しい絵本お話し会です♪

日時：1月22日（原則毎月 第4水曜日）

前半：10:00～ 後半：10:30～

**ゆうづるルーム**

★未就学児向けの開放ルームです。おもちゃがあります♪

日時：平日・土曜（休館日を除く）9:00～18:30

日曜祝日 9:00～16:00

**子育て支援者相談事業**

子育てに関する事なら何でも聞いて下さい♪

日時：毎週金曜日10:00～12:00

**自然館のクッキー販売**

手作りクッキーの販売があります♪（毎月第2火曜日）

1月14日（火）11時～

**幹のパン販売**

地域活動ホーム幹の手作りパンの販売です♪（2種類）

第4火曜日 11:45頃（予定）

**Komorebiの販売**（毎月第3金曜日予定）

手作り製品の販売

1月17日（金）11時～

**ゆうづる健康マージャンサロン**

★みんなで楽しくマージャンを通して交流しましょう♪

日時：1月6日（月）・18日（土）13:00～17:00

（12:45～受付） 【先着順】

卓に限りがありますので、ご了承ください。

参加費：無料

みんなでラジオ体操をした後、マージャンをします

**介護者の集い かたらい** 介護の悩みを気軽にお話する場です

日時：1月8日（水）13:00～14:30

**水曜日の体操**

日時：毎月第2・4水曜日13:30～14:30【集合】13:15

持ち物：水分・動きやすい服装

**協力医の健康相談会**

畑先生の健康相談会。健康に関する相談ができます。子どもの相談もOK！※診療ではありません

1月8日（水）13時～14時頃 参加費：無料

**つるかめサロン(会員制)**

日時：毎月第2金曜日 13:30～15:00

※1月は日程変更してあります。1/17（金）

**男の料理 【満員御礼！！】**

日時：1月20日（月）9:30～12:30【毎月第3月曜日】

材料費：600円～

みんなで買い出しから調理・会食・片付けまでを行います。

メニューは来てからのお楽しみ！

**ポッチャ交流会**

日時：1月15日（水）毎月第3水曜 13:30～14:30

簡単・天気に左右されない・誰でも出来る！一緒に楽しみましょう。

簡単なスポーツです。

**パソコン相談室(初級編)**

★わかりやすく丁寧にお教えいたします。

日時：毎月第3水曜日 13:30～16:00（受付は15:30まで）

講師：鶴見パソコン・ボランティア協会

参加費：無料

事前に相談内容を連絡頂くと当日スムーズにご説明できます♪

※ご自分のパソコンの持ち込みも可能です。

**たのしいかい（市場小コミュニティハウス）**

内容：軽体操、ウォーキング、脳トレ、製作など

日時：第3水曜日 13:30～15:00

場所：市場小コミュニティハウス ※変更有り。お問い合わせ下さい

会費：月200円 対象：中高年からどうぞ



【イベントのお問合せ・お申し込み】

TEL **500-6688**

【その他のお問合せはこちらへ】

TEL 504-1077

★☆☆編集担当より☆☆★

2024年もあっという間に年の瀬となりました！私はやりたいことが全てはできませんでしたが、推しに会えたり楽しいこともあった1年でした。

みなさんはどのような1年でしたか？2025年も健康に気を付けて楽しい毎日をお過ごしください！2024年もご愛読いただきありがとうございました！！

**テニサービス介護職・ドライバーを募集**  
しています！詳細は上記連絡先まで！