

日	月	火	水	木	金	土
★ ホームページもあります！ ぜひ ご活用ください ★ 中山地域ケアプラザの HP の QRコードはこちら→ <a href="#">中山地域ケアプラザ</a> と 検索してください						1 土曜ヨガ (入門編)
2	3 〔元気づくりSt. なかよし会〕	4 〔介護者のつどい すずらん会〕	5 〔元気づくりSt. さくらの会〕	6 親子囲碁教室 元気ハツラツ体操 みどり子ども食堂	7	8 パパの子育て 123
9	10 ちゃちゃちゃ広場	11 山の日	12	13 オンライン予約 説明会	14	15 土曜ヨガ (初級編)
16 オレンジカフェ	17 〔元気づくりSt. なかよし会〕	18 健康ベリーダンス	19 〔元気づくりSt. さくらの会〕	20	21	22 みどり子ども食堂
23	24 オンライン予約 説明会	25	26 歌声ハーモニー	27	28	29 
30 休館日	31					

※カレンダーに記載のあるイベント等は、事前の申し込みが必要な場合があります。詳細はお気軽にお問合せください。

• 平日・土曜 9時～21時  
(夜間利用がない場合は18時閉館)

• 日曜・祝日 9時～17時

※ 前月の15日以降に18時閉館となる日を館内とホームページに掲載します。

※ ご相談窓口は、平日・土曜は18時、日曜・祝日は17時までです。

※ ご相談に来所される際は、あらかじめお電話でご連絡のうえお越しください。



< 休館日 >

毎月 最終日曜日

年未年始 (12月29日～1月3日)

中山地域ケアプラザ

LINE 公式アカウント



◀ ハーモニーみどり1階 中山駅より徒歩 約7分 ▶

みんなで   
ハーモニー   
7月号

発行日:令和8年7月1日 地域版 -214号-  
発行: (社福)横浜市福祉サービス協会  
横浜市中山地域ケアプラザ  
〒226-0019 横浜市緑区中山二丁目1-1  
ハーモニーみどり内  
TEL 045-935-5694 FAX 045-935-5695  
発行責任者 所長 田中 志乃  
担当 コーディネーター 畑 正美

10月1日(木)から登録団体向け  
地域ケアプラザの貸館オンライン予約  
が始まります!

- 窓口に来なくても手軽にパソコンやスマホで、施設の空き状況の確認、予約申込みができます
- 抽選の申込み・結果確認がシステムでできます  
※結果通知を受け取るにはメールアドレスの登録が必要です。
- 操作が不安な方には施設窓口で受付・サポートをします  
のでご安心ください

説明会を以下の日程で行います!

8/13(木) 8/19(水) 8/24(月)  
9/1(火) 9/11(金) 9/19(土)  
いずれも 10:00～11:30



団体向けに順次ご案内を差し上げますので、  
いずれかの日程に必ず申し込みの上  
ご参加ください。  
スマホ等の操作方法のレクチャーを行います。

# ドライバー募集！

勤務日：月曜日 他曜日は要相談で週2, 3日（祝日出勤あり）  
 勤務時間：午前 8:15～10:15  
 午後 3:30～5:30（出来れば 午前・午後 できる方）  
 時給：1,337円～1,368円  
 ※勤務日数に応じて昇給あり 年2回一時金の支給あり  
 資格：普通自動車免許（日常的に運転されている方）  
 その他：交通費実費支給・有給休暇制度・年1回健康診断あり  
 【お問い合わせ】中山地域ケアプラザ  
 電話：045-935-5694 担当：田中・植田



## オレンジカフェ

どなたでも、  
ご予約なしでご参加できます。



地域の方、認知症の方やご家族、どなたでもお気軽にどうぞ♪お茶とお菓子を召し上がりながら、ご自由にお過ごしください♪ 介護や認知症についての情報交換、普及啓発も行っています♪

場所：中山地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

日程：7月19日(日) 13:00～15:30（時間内出入り自由）

毎月 第3日曜日開催

参加費  
100円

主催：チームオレンジメンバー

## 横浜市父親育児支援講座

### パパの子育て123

8/8(土)

10:00～11:30

子育てはじめての一步  
&  
体を使った遊び



8/23(土)

10:00～11:30

子どもにウケる！  
絵本の読み聞かせ  
「仕事」「子育て」両立方法



対象 子育て中のパパ・プレパパ 先着10組

持ち物：タオル、飲み物、お気に入りの絵本

場所：中山地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

申込：電話か窓口で受付中

講師：山本博之氏（全日本育児普及協会認定講師）

電話のかけ間違いが大変多くなっておりますので、ご注意ください。

お申込み・お問い合わせ：中山地域ケアプラザ 電話：935-5694



## 「横浜子育てサポートシステム」出張入会説明会

子どもの送迎・預かりボランティアできる方を大・大募集中！



横浜子育てサポートシステムは、子どもを預かってほしい人と子どもを預かる人がそれぞれ会員登録をして、地域ぐるみでの子育て支援をめざす横浜市の子育て支援事業です。

子どもが好きな方や子育てが一段落された方、シニアの方が、新しい出会いや、役立つことの喜びを感じながらイキイキと活動されています。ちょっと空いている時間を地域の子育て支援のために活動してみませんか？自分にもできるかも、やってみたいと思った方は入会説明会にご参加ください。



日時：8月29日(土) 10:15～11:15

会場：中山地域ケアプラザ ボランティアルーム 定員10名

● 募集要項 ※申込は7月15日(水)12:00から

- ・資格不要・年齢不問。
- ・研修(無料)受講で、有償ボランティア活動ができます。(活動の多くは1時間以内のちょっとしたお手伝いです)

※子どもの預かりや送迎を頼みたい方も参加できます。



● お問い合わせ

横浜子育てサポートシステム緑区支部  
(緑区地域子育て支援拠点いっぽ内)

TEL: 045-982-3521 (火～土 9:00～17:00)

お申し込みはこちら



## ちゃちゃちゃ広場



～ みんなで遊ぼう！ 友達作ろ



次回開催日：令和8年8月10日(月) ※水遊び予定

毎月第2月曜日に開催しています。感染対策の為、事前申し込み制としています。

場所：中山地域ケアプラザ 2階 多目的ホール 9:45～12:00

対象：0歳から就学前までの親子 プレパパ・プレママ

参加費：無料 定員：14組 持ち物：水分補給の飲み物、タオル、濡れてもよい服装で。

申込開始日：第2月曜日10:00より翌月分受付



介護に関するご相談 窓口 < 地域包括支援センター > 電話：935-5698

担当地区：中山、三保町、上山、寺山町、森の台、台村町

