

大正琴と歌唱教室(つながいづくり)

簡単な楽器演奏とボイストレーニング
両手を使い脳のシナプス活性化
歌って、肺、横隔膜を動かし臓器の強化、消化もUP



活動日時：毎月第2水曜日 14時～15時
活動場所：クレストヒルズ集会所 2階など
お問い合わせ先：荒田 敬道 (G) 942-5826
samit@mxj.mesh.ne.jp
千葉 和枝 (G) 942-5867
kazchiba.1306@gmail.com

グラウンドゴルフ(つながいづくり)

みんなで、楽しく、健康維持増進
夢は大きく、目指そう全国大会出場



活動日時：毎週火、金、毎月第2、3土曜日
9～12時(冬期は9時30分～)
活動場所：葛が谷公園グラウンドなど
お問い合わせ先：小野英樹 (C) 942-4757
hideki0137@hotmail.com
萩野幸男 (C) 942-5376
jyywn070@ybb.ne.jp



～ 茅ヶ崎南MGCRS連合自治会 会報 ～

MGCRS

第76号(令和3年2月特別号)
発行責任者:萩野幸男

【保存してご活用ください】 MGCRS 地区 福祉保健活動のお知らせ

「地域活動に興味があるけど
どんなことをしているの?」
「地域に知りあいをつくりたい」
という声にお応えして、

MGCRS 地区の
福祉保健活動をご紹介します。
何か始めてみたい方、地域で活動したい
方、



まずは見学だけでもどうぞ!
ご参加お待ちしております!
●新型コロナウイルス対策をとって活動をしています
MGCRS連合自治会
MGCRS地区社会福祉協議会
MGCRS地域交流活動推進
協議会(つながいづくり)



子育てサロン(地区社会福祉協議会)

みんな楽しく子育てサロン
子どもたちの遊びと親の情報交換の場



活動日時：毎月第2水曜日 10時～12時
活動場所：メゾンふじのき台集会所 2階
お問い合わせ先：荒田 敬道 (G) 942-5826
samit@mxj.mesh.ne.jp
千葉 和枝 (G) 942-5867
kazchiba.1306@gmail.com

フキおしゃべり教室(つながいづくり)

手先を使ってワイワイ楽しく

新型コロナウイルスの為今年度は活動を中止しています



(令和元年の写真)

活動日：年4回
活動場所：クレストヒルズ集会所 2階など
お問い合わせ先：北堀 博美 (C) 090-4705-1318
hirokita1408@yahoo.ne.jp

ラジオ体操(つながいづくり)

3月1日(月)から本格スタート!
朝の体調をみて、できるときに参加
いつでも、お待ちしております



活動日時：毎週月、木曜日 6時30分～
6時40分(雨天及び前日19時の天気予報で、
横浜の翌朝の最低気温が3度以下の場合は、中
止)
お問い合わせ先：安井 正秀 (G) 943-8485
萩野 幸男 (C) 942-5376
手塚 宏道 (R) 945-7628
hirohiro@wf6.so-net.ne.jp

高齢者健康体操(地区社協支援)

今日も元気に行動しよう!
用具を使った足腰の筋力維持・呼吸・脳活性化の運動
体力・気力の維持向上、認知症予防に仲間づくり



活動日時：毎月第1・第3木曜日
13時30分～15時
活動場所：メゾンふじのき台集会所 2階
お問い合わせ先：佐藤 和子 (M) 945-3860
中川 登 (G) 942-5981
n-naka@mbj.nifty.com

おしゃべりサロン(地区社協支援)

2002年にスタートした茶話会
地域のニーズに合わせて、今は学んだり楽しんだり



活動日時：毎月第2水曜日 14時～15時
活動場所：メゾンふじのき台集会所 1階
お問い合わせ先：網屋 正子 (M) 942-4541
三浦 朱美 (M) 090-4424-0546
akemi1109m@icloud.com

憩いの場(地区社会福祉協議会)

火曜だ！ 午後は“憩いの場”

子育て世代、小学生から高齢者まで
だれでも気軽に立ち寄れる“いこいのば”



活動日時：毎週火曜日 14時～17時
活動場所：メゾンふじのき台集会所 1・2階
お問い合わせ先：荒田 敬道 (G) 942-5826
samit@mxj.mesh.ne.jp
鈴木 誠 (G) 942-5956
suzumkt-1942@outlook.com

MGCRS シニアクラブ

仲間とともに元気に行動！

心身ともに健康・会員の親睦・生きがいのある生活
仲間づくり・引きこもり防止・社会奉仕



活動日時：毎月第3日曜日(定例会)
13時30分～15時
活動場所：メゾンふじのき台集会所 2階など
お問い合わせ先：鈴木 誠 (G) 942-5956
suzumkt-1942@outlook.com

けやき道路清掃(ハマロードサポーター)

明るい笑顔で、元気に挨拶交わす道
いつもきれいな“けやき道”
夏季の草刈り、冬季の落ち葉さらい



活動日時：年4回 6月、8月、11月、12月
8時～9時
活動場所：ケヤキ道路一帯
お問い合わせ先：荒田 敬道 (G) 942-5826
samit@mxj.mesh.ne.jp

ささぶねの道 水路清掃 (環境事業推進委員)



みんなで一緒に環境・景観保護
清掃の範囲は、葛が谷公園入口から
ひょうたん池の前まで



活動日時：10月、11月、12月、2月、3月
の第2日曜日 9時～10時半頃迄
集合場所：グランスイート先の緑道(葛が谷
公園入口付近)
お問い合わせ先：出口 敦彦 (S) 941-8978
a-deguchi@af.em-net.ne.jp

「いきいき講座」(地区社会福祉協議会)

『よこはま』を知ろう！

見て聞いて“地域を知って”仲間づくり



活動日時：毎月第4水曜日 16時～18時
活動場所：ガーデンホームズ集会所 2階
お問い合わせ先：荒田 敬道 (G) 942-5826
samit@mxj.mesh.ne.jp
鈴木 誠 (G) 942-5956
suzumkt-1942@outlook.com

かきのき公園清掃(かきのき公園愛護会)

公園は綺麗に、子供は健やかに
地域の美化は、地域の心



活動日：毎月第1～4日曜日
第1日曜日：ガーデン子ども会
第2日曜日：クレスト子ども会
第3日曜日：メゾン自治会(生活環境部)
第4日曜日：MGCRSシニアクラブ
活動場所：かきのき公園
お問い合わせ先：荒田 敬道 (G) 942-5826
関係自治会・子ども会、MGCRSシニアクラブ

ポールウォーキング(つながいづくり)

都筑区を歩こう！

史跡に緑道、見て歩いて体力づくり！



活動日時：毎月第1・3日曜日 9時～12時
集合場所：ガーデンホームズ集会所前
お問い合わせ先：鈴木 誠 (G) 942-5956
suzumkt-1942@outlook.com
木村 安男 (G) 945-3721
yas.kimura@nifty.com

料理教室(つながいづくり)

食を通じた健康増進

調理と食事で楽しい会話



(令和元年の写真)

活動日：年4回
活動場所：都筑地区センター
お問い合わせ先：安井 正秀 (G) 943-8485
masahide@wave.plala.or.jp