

# 自主事業カレンダー

2024年3月

黒字・・・自主事業

青字・・・共催事業

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					貸室予約 10:00～ かけはし	
3	4	5	6	7	8	9
10:00～ お試しベビ マッサージ	①10:00～ ②13:00～ ストレッチ教室		13:00～ 戸塚共立 いずみ野病院 医療講座④	10:00～ ふらっとカフェ		11:00～ 男飯
10	11	12	13	14	15	16
	13:30～ ヨガ 体操教室		10:00～ この指とまれ			
17	18	19	20	21	22	23
13:30～ フルド ハーモニの和	10:00～ ハーモニいずみ野		10:30～ おはなし会 13:00～ NEWスマホ講座	13:00～ すこやか会	10:00～ かけはし	休館日
24	25	26	27	28	29	30
14:00～ 認知症カフェ デ・アイ			10:00～ ぼぼんだ	9:45～ ハビ-ヨガ & ママヨガ 11:00～ 1歳児パラソル体操 13:30～ 介護者のつどい 18:30～ 中国健康体操		10:00～ この指とまれ
31	いずみ野地域ケアプラザ 玄関入り口にて販売いたします。					
	・一天 (ドライフルーツ・雑貨販売) 3/6 (水) 11:30～12:30		・ぶどうの樹 (パン販売) 3/12 (火) 11:30～12:30		・おれんじ村 (お菓子・雑誌販売) 3/13 (水) 11:30～12:30	
	・うれしの (低カロリー菓子等販売) 3/21 (木) 11:30～12:30					



CPのホームページに  
↓つながります。



第60号  
令和6年3月1日  
発行責任者  
所長 鈴木 登志子

社会福祉法人 横浜市福祉サービス協会 横浜市いずみ野地域ケアプラザ  
〒245-0016 横浜市泉区和泉町6214-1 TEL: 045-800-0322 FAX: 045-800-0324

## 令和6年度 いずみ野地域ケアプラザ 定例事業のご紹介

お申込み受付中

### ストレッチ教室1

※毎月：第1月曜日  
※時間：10:00～11:00  
※対象：概ね60才以上で初めてケアプラザの事業に参加する方  
※参加費：500円  
※持ち物：動きやすい服装 室内履き・飲み物  
定員：15名

### ストレッチ教室2

※毎月：第1月曜日  
※時間：13:00～14:00  
※対象：概ね60才以上で初めてケアプラザの事業に参加する方  
※参加費：500円  
※持ち物：動きやすい服装 室内履き・飲み物  
定員：15名

### スマホ講座

※毎月：第3水曜日  
※時間：13:00～14:30  
※募集人数：5名 (先着順)  
※参加費：無料  
※持ち物  
ご自身のスマートフォン  
パソコン・マスク・飲み物

上記講座のお申し込みは、ご来所または、お電話で受付をしております。  
お問い合わせ・お申込み：045-800-0322 地域活動交流まで

## 親子向け定例事業

### ベビーマッサージ

※毎月：第1金曜日  
※時間：10:00～11:00  
※月齢：2ヵ月～10ヵ月  
※参加費：500円/回  
※持ち物：ベビオイル  
タオル・ハンカチ  
飲み物・おもちゃ  
定員：10組

### ベビィヨガ&ママヨガ

※毎月：第4木曜日  
※時間：9:45～10:30  
※月齢：2ヵ月～1歳未満  
※参加費：500円/回  
※持ち物：タオル・飲み物  
マスク  
定員：15組


### 1歳児のための バランス体操

※毎月：第4木曜日  
※時間：11:00～11:45  
※月齢：1歳～2歳未満  
※参加費：500円/回  
※持ち物：タオル・飲み物  
マスク  
定員：15組

※親子向け事業のお申し込みはメールまたはQRコードからお願いします。

[c-izumino@hama-wel.or.jp](mailto:c-izumino@hama-wel.or.jp)

((メールにてお申込みの場合)  
お子様のお名前・月齢・保護者様のお名前・電話番号  
お申込みになる講座名のご記入をお願いします。



## いずみ野地域ケアプラザ ケアマネジャー募集!

体制強化に伴う募集となります。いずみ野地域ケアプラザで働いてみませんか!

**仕事内容**：居宅介護支援事業 (ケアプラン作成や給付管理・介護保険に関する相談等)  
**雇用形態**：非常勤職員  
**勤務時間**：週2日～5日 (日数・時間は応相談)  
**応募資格**：介護支援専門員 (経験あれば尚可)  
**給与**：時給 1,470円 (土・日・祭日同じ)  
**交通費**：全額支給  
**福利厚生**：社会保険完備・有給休暇・研修制度充実 (丁寧にお教えします)



お問い合わせ・連絡先：横浜市いずみ野地域ケアプラザ  
☎045-800-0322 (担当：鈴木)



### 夜間の貸室利用および予約の方法について

日頃より地域活動交流事業にご協力いただきまして、ありがとうございます。  
ケアプラザの貸館アンケートの結果、夜間の貸室利用に関して「知らなかった」の  
お答えを多くいただきましたので、改めてお伝えいたします。

#### <夜間の貸室利用>

令和5年4月1日より、貸室予約利用のない夜間帯のいずみ野地域ケアプラザの利用  
はできません。夜間帯に貸室予約利用のない日は **18 時閉館**とさせていただきます。  
当月の開館時間のご案内は、いずみ野地域ケアプラザの公式LINE、または公式ホ  
ームページ、ご来館の際に掲示板にてご確認ください。



<夜間の貸室の予約の仕方>※ご来所、お電話どちらでも受付可能です  
昼間のお部屋の予約の取り方とは違う点が3点あります。

- ① **予約月の1か月前の12日**が締め切りとなります。  
(例：5/9の夜間を予約する場合は、4/12までの間に予約が必要になります)
- ② 各月の12日以降にご予約の場合には、夜間開館が決まった日程のみ、  
予約をすることが可能です。  
(例：5/9を予約するのに4/13に電話をした。5/9が他団体の使用が  
決まっていたので、空いている部屋を予約することができた)
- ③ 自由予約(枠数外の予約)を取る事が前月の1日から解禁となります。  
(例：II団体の方が5月の3枠目の夜間予約を入れたい場合は、4/1から解禁)

ご不明な点は、地域活動交流にお問い合わせください

### サブコーディネーター募集!

体制変更に伴う夕方から夜間のサブコーディネーターの募集となります。

**仕事内容：**サブコーディネーター(地域活動交流事業)  
(貸館業務、閉館業務、清掃業務、事務作業等、地域の皆様のサポートをします)

**雇用形態：**非常勤職員

**勤務時間：**週2日程度 17:00~21:00(土曜勤務有・日数は応相談)

**応募資格：**不問(Word、Excel利用できる方 尚可  
仕事内容は丁寧にお教えします)

**給与：**時給1,112円(交通費全額支給)

**福利厚生：**社会保険(要相談)・有給休暇



人と接するのが得意な方大歓迎!  
お待ちしております!

お問い合わせ・連絡先  
横浜市いずみ野地域ケアプラザ  
☎045-800-0322(担当:鈴木・大木)



## 生活支援コーディネーター通信



### 傾聴ボランティア・モモの活動

#### モモの部屋

日頃の嬉しい事、楽しい事、悲しい事、辛い事、  
愚痴などを話してスッキリしませんか!  
私達、傾聴ボランティア・モモがお待ちしております  
(お聴きしたお話しは他言いたしません)



日時：毎月第2、第4火曜日  
午後13時00分~14時30分  
場所：いずみ野地域ケアプラザ内  
連絡先 いずみ野地域ケアプラザ 045-800-0322  
お気軽にお立ち寄りください

「傾聴ボランティア・モモ」による「聴いてもらうこと」  
を体験してみませんか。  
毎月第2・第4火曜日の午後1時から、いずみ野地域ケ  
アプラザで体験することが出来ます。  
今の時代だからこそ、自分の気持ちを傾聴していただく  
時間が必要だと感じています。  
**聴く事の知識を持つボランティアがお待ちしております。**  
傾聴とは…「相手の話を肯定も否定もせず、相手の心に  
寄り添いながら聴く事です」  
お待ちしております



~ケアプラザより~  
参加者の皆様から「来て良  
かった」と感想を伺って  
います。モモの部屋は温かい  
雰囲気、緊張しないで  
参加していただけます。

【連絡先】  
いずみ野地域ケアプラザ  
電話：045-800-0322

### ラジオ体操始めました

午後3時になると、いずみ野地域ケアプ  
ラザでは、職員がラジオ体操を開始しま  
す。腰痛対策として取り組んでいます。久  
しぶりのラジオ体操ですが、体が覚えて  
いるものですね。お近くにいらしたら、  
是非とも覗いてください。



### ~ふらっとカフェ~

ふらっとカフェは、参加者の  
顔の見える関係づくりを目的としています。

ふわっとふらっと気軽に寄れる空間・居場所。  
参加者の皆さんが主人公のカフェです!!  
手話コーラスを楽しく体験できる時間があり、  
腹式呼吸法を身につけるために詩吟を吟じ、  
簡単な体操、太極拳など…。皆さんのご希望を  
伺いながら一緒に進めます。自由参加です。  
お気軽にふらっとお越し下さい。

【開催日】  
毎月 第1木曜日  
10:00~11:30  
見学可・予約不要です。

