

いきいき でいき



泥亀地域ケアプラザ
ホームページはこちら

令和7年1月発行

発行：社会福祉法人横浜市福祉サービス協会

横浜市泥亀地域ケアプラザ

住所：横浜市金沢区泥亀1-21-5

いきいきセンター金沢内

電話：045-782-2940

FAX：045-782-2959

発行責任者：所長 林 匡子

泥亀地域ケアプラザ広報 第93号



～生活支援コーディネーターが行く～

新たなチャレンジ モルック体験！の巻



ようやく冬らしい寒さとなりました。さて先日、「第2回 金沢モルック交流大会」に体験クラブ AKR (アレコレ) の男性メンバーたちが参加しました。

「モルック」とはフィンランドにあったゲームを元に 1996 年に開発されたスポーツです。モルックと呼ばれる木の棒を投げて、スキttlと呼ばれる木製のピンを倒し、倒れたスキttlの内容によって得点を加算していき、先に 50 点ピッタリになるまで得点した方が勝ち！というゲームです。



華麗な投球フォーム



「体験クラブ AKR」は、大会参加に向けて練習をしました。その甲斐もあり、大会では 10 チーム中 3 位という好成績を残すことが出来ました。

大会には子どもたちや家族のチームもあり、多世代交流の場にもなっていました。今後 AKR ではモルックの体験を出来る機会もつくりたいと思います。

生活支援コーディネーター 加藤 達也

・ ・ デイサービスのボランティアさんいつもありがとう ・ ・

泥亀地域ケアプラザのデイサービスにきてくださっているボランティア A さんは、入浴後のお客様の髪の毛を乾かしたり、お客様のお話に耳を傾けおしゃべりを楽しんでいます。

A さんは週 1 回 10 時頃からお昼まで、お客様とのふれあいのひと時を大切にしています。

ボランティア歴 1 年半の A さん

- ボランティアを始めるきっかけは？
他の地域で活動していたので、そのつながりから。
- ボランティアをして良かったことは？
感謝される喜び、必要とされる喜びにハマっています。



熱かったらおっしゃって
くださいね

無理をしないで活動することが、ボランティアを長く続ける秘訣です。自分のできることからボランティアを始めてみませんか。お問合せご相談は、窓口またはお電話で。

社会福祉法人横浜市福祉サービス協会は
今年度創立 40 周年を迎えます。
これからもよろしくお願い致します。



～横浜の福祉をささえて 40 年
できるコト、まだまだ。～



ボランティア活動日記 花植えボランティア 「はまみらい」

12月中旬、寒さが厳しくなってきましたが、「はまみらい」のメンバーにおいては、寒さに負けないで花壇の整備をしています。

今月は、新たにムスカリの球根を植えました。ムスカリは、3~5月頃に青紫色の花を咲かせます。ムスカリの花言葉は、「夢にかける思い」だそうです。「はまみらい」メンバーの思いを乗せて、キレイに咲いてくれることを願っています！



花壇のお手入れ後は、お茶会をしています。

メンバーの一人が、みなさんのために描いてくれた絵をプレゼントしてくれました。

ほっこりした気持ちになりますね。

バラの花が
キレイに咲きました！

新しいメンバーを募集中です！お問い合わせお待ちしております。

活動日時：毎月第3火曜日 10時00分~11時30分
活動場所：いきいきセンター金沢内花壇

講座のご案内

事前の申込みをお願いします。

骨盤体操

身体をほぐしてゆがみをなおすことは、良い効果がたくさんあります。やさしい体操です。

日時：第1・3土曜日 10:00~11:00 (9:45 受付)
場所：いきいきセンター金沢2階 多目的研修室
定員：17名 (お申込み受付順)
参加費：500円 (保険料含む)
講師：赤羽根 智子 氏
持ち物：スポーツタオル、飲み物



体験！男性アレコレ講座

参加費
無料

JAL 工場見学ツアー



日時：1月20日(月) 9:00~12:45
集合：9時金沢文庫駅改札前集合、現地にて解散予定
交通費・お土産代等は自己負担となります
対象：金沢区在住または在勤 60歳以上の男性
定員：14名 (お申込み受付順)
申込締切：1月12日(日)
持ち物：水分、動きやすい服装でお越しください

介護者のつどい

日頃の想いを話してみませんか。
少し息抜きしてみませんか。

日時：1月17日(金) 10:00~11:30
場所：いきいきセンター金沢2階 地域ケアルーム
対象：介護をされている方・及びしていた方
定員：8名 (お申込み受付順)

参加費
無料

となりのえんがわ

日々を健康に過ごすために！
漢方を学ぼう



日時：1月21日(火) 13:30~14:30
場所：いきいきセンター金沢2階 多目的研修室
定員：30名 (お申込み受付順)
おおむね60歳以上の方対象
講師：くま薬局 金沢文庫店
隈 アヤ子先生

参加費
無料

お申込み・お問合せ 横浜市泥亀地域ケアプラザ 045-782-2940 (毎月最終土曜日は休館日です)