

フェスタ・まつりのご報告

いのちとくらしのフェスティバル 2026 5/17

昨年は港南メディカルフェスティバルとして開催しましたが、今回はイベントを通して「くらし」の視点で「いのち」について考えてもらいたいという思いから、タイトルが変更されました。

参加団体は医療、障がい、福祉など 48 団体で多岐の分野にわたっていました。医師、看護師など医療系への進学を希望する学生ボランティアも約 50 名いました。来場者は約 3000 名。

アンケートからは、「病気を知り、これからの生活を見直したい」「大人にも子どもにも学びの多いイベントだった」などの意見が多くありました。

そよかぜふれあいまつり 6/6

今年で 23 回目のイベント。近隣 5 施設・笹下地区民生委員、ボランティア団体がそれぞれイベント内容を考え、青空の下で開催しました。今回、日野中央高等特別支援学校ボランティア部も参加してくれ、皆で祭りを盛り上げました。

各団体の発表が行われましたが、当ケアプラザではデイサービス利用者の皆さんが練習して下さっていた手話と歌での「ふるさと」を発表してくれました。



いのちとくらしのフェスタで活躍したホスピタルクラウン。軽快な動きで子どもたちの目を釘付けに。

福祉総合相談窓口地域包括支援センターより

どんなささいなことでもお気軽にご相談ください。

- 福祉に関するご相談をお受けし、必要なサービスや機関につなげます。
- 介護保険認定や行政サービスの申請を受け付けています。
- ケアプラザへの来所が難しい方には、ご自宅へ訪問します。

詳しくは、まずお電話にてお問い合わせください。

社会福祉士が開催するくシニアライフ港南中央>

いざという時のために知っておきたい項目を専門家にお話いただいています。今年度は 3 回講座で行います。お申込みの上、ご参加ください。詳細はケアプラザまで。

開催日	講座名	講師	内容	受付開始日
9月11日(金)	高齢者施設の探し方	(株)ソナエル	施設の種類、費用、探すときの注意点	8/7 10時～
10月9日(金)	葬儀について	(株)セントラルホール	葬儀の種類や費用について	9/4 10時～
11月13日(金)	相続対策セミナー	三井住友信託銀行株式会社 上大岡支店	相続のこと考えていますか？	10/2 10時～

併せて、港南区版エンディングノートの配布を行っています。

@港南中央地域ケアプラザ



毎月第4金曜日に開催中

<無料在宅医療相談> 13:15～14:00

中央通クリニック二宮先生による在宅医療の相談です。ご希望の方は電話にてお問合せ、ご予約をお願いします。

<ふらっとほむ> 13:00～14:30

「最近身体の調子や何となく様子が変わってきた」「今まで通りの生活するのが大変になっている」等々のお話をお聞きするサロンです。お気軽にどうぞ。

《生活支援コーディネーターの街歩き》

6月16日に資生堂による「いきいき美容教室」が開催されました♪

当日はお化粧を落とすところからはじまり、ストレッチ、スキンケア、資生堂の化粧品を使ってお化粧を行いました。化粧をすることは、気分が上がる、外出したくなるだけでなく、脳を活性化させたり、上肢の運動になったりとフレイル予防につながると言われています。

今回のいきいき美容教室がみなさんの社会参加につながれば嬉しいです。

シラハマが
あなたの町にいくよ！



笹下地区・日野第一地区の意見交換会に参加して

担当地区の笹下地区は 6/13(土)、日野第一地区は 6/21(日)に、それぞれ意見交換会が開催されました。

双方共、テーマは「防災」。

「防災拠点」「いつとき避難場所」「防災拠点での訓練」「在宅避難」「自助」「共助」等々の言葉の意味と実際に考えながら、現実には災害が起こったとき、まず、自分はどうする、そして地域としてどうすればいいのかについて話し合えた貴重な時間となりました。

ある参加者より、「自助は 9 割、共助は 1 割。共助は『助けてもらう』より『助けてあげる』で」という発言がありました。また、その共助による力を発揮するためには、要援護者を含め、日頃からお互いを知っていることが重要だという話も出ました。

日頃からのつながりを作るための「あいさつ」に始まり、町のイベント等にも参加したいですね。



↑日野第一地区は防災拠点である吉原小学校で開催



自助として備えたいもの＝水、トイレ、電源

8月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
26	27	28	29	30	31	01
02 エンジョイライフ	03	04 虹の会	05	06	07 おはなしの風	08 囲碁クラブ
09	10 貸室点検日	11 山の日 虹の会	12	13 元氣玉の会	14	15 ささげいまわりサロン
16	17 シルバーフラダンス セカンドライフ港南中央 グループリー	18 虹の会	19 司法書士個別相談 花みずき押花倶楽部	20	21 ふらっと	22 囲碁クラブ 地域食堂LS
23	24 どれみの森/くれよん	25 虹の会	26	27	28 どれみの森/どんぐり ふらっとほーむ	29
30	31 大人のための絵本たい む	区シ連盆踊り メモ:				

お問い合わせ

お問い合わせ
港南中央地域ケアプラザ
TEL 845-4100

9月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
30	31	01 クラブコットン 虹の会	02 赤ちゃん教室	03	04 おはなしの風	05 エンジョイライフ
06	07 ハマトレの会	08 にっこりひろば 虹の会	09	10 ハレルヤ 元気玉の会	11 シニアライフ港南中央	12 囲碁クラブ
13 クワーズ～秋風コンサート	14 貸室点検日	15 クラブコットン 虹の会	16 司法書士個別相談 花みずき押花倶楽部	17 貸室予約システム説明 会	18 ふらっと	19 ささげいまりサロン
20 えんがわカフェ	21 敬老の日 シルバースタンス セカンドライフ港南中央 グループリー	22 国民の休日 絆マフの会 虹の会	23 秋分の日	24	25 どれみの森/どんぐり ふらっとほーむ	26 囲碁クラブ 地域食堂LS
27 歌声喫茶	28 どれみの森/くれよん	29	30 ゆらりんこころん ドリームカフェ	01	02	03



**港南中央
地域ケアプラザ**

地域版

港南中央
地域ケアプラザ

それいゆ通信

発行：(福)横浜市福祉サービス協会 横浜市港南中央地域ケアプラザ 所長 鈴木 公子

TEL 045-845-4100 FAX 045-845-4155

住所 〒233-0003 港南区港南4-2-7

HP アドレス:<http://www.hama-wel.or.jp/office/kounanchuou/>



～2026 年度 講座・事業のお知らせ～

受付は☎・来所で

事業名	開催日時	対象	参加費	申込方法他
<シニアライフ港南中央> 高齢者施設の探し方 講師：(株)ソナエル	9月11日(金) 10:00~11:30	概ね65才以上 の方 20名	無料	8月7日10時 から受付(先着 順)
「クラウド」による 秋風 コンサート 	9月13日(日) 13:30~15:00	どなたでも 30名	無料	8月12日10時 から受付。



Universal Melodies

夏のミニコンサート

8/22 ±

美味しいおにぎりとお味噌汁が好評の地域食堂 Lucky Station の中で、生バンド/Universal Merodies(ユニメロ)が演奏！食堂終了後は皆で一緒に歌う時間も設けます。どうぞお越してください！

ミニセッション:13:30～ コンサート:14:00～14:30



10月より貸室予約システムが導入されます

それに伴い、貸室申し込みが「原則、オンラインで予約➡抽選結果が登録したメールでお知らせする」という形に変更されます。

説明会は9月17日(木)10時から開催しますので、お申込みの上、ご参加ください。また、9月に入りましたら、入力方法などについても個別にも対応していきます。

※システムに入るためのログイン ID とパスワードについては、9 月に入りましたら、原則活動日各団体に配布していきます。無くさないよう大事に保管ください。



↑区役所ホームページより。システムマニュアルがダウンロードできます。



8月、9月お誕生月の方は、登録内容に変更のない場合でもケアプラザまでお知らせください。【問い合わせ先 845-4100】（更新無料）

**「ひまわりホルダー」をお持ちの8月、9月生まれの方！
更新の連絡をお願いいたします！**