



なごみ 和

9月号



発行 (福) 横浜市福祉サービス協会
横浜市新子安地域ケアプラザ
住所 横浜市神奈川区新子安 1-2-4
電話 423-1701 FAX423-1702
発行責任者 所長 櫻井 俊之



<http://www.hama-wel.or.jp/office/shinkoyasu/>



高齢者のケガ予防講座

家の中に潜むたくさんの危険！予防と対策

会場・申込・問合 うらしま荘
☎045-401-5640

9/18
(金)

10:00~11:15
会場:うらしま荘

持ち物 飲み物・タオル
講師 横浜市消防局 神奈川区消防署警防課
救急担当係長 消防司令 大塚 典彰氏
内容 家の中でのケガのリスクについて(講話)
かめ亀手ぬぐいサイズ



先着25名

体操教室

10月~12月の第2・第4(水)10:00~11:30
(10/14・28、11/11・25、12/9・23)

会場:新子安地域ケアプラザ 多目的ホール
講師:日本健康運動指導士会 神奈川支部 和田 宏子先生
参加費:3,000円(全6回分)
※コース初日にまとめてお支払い
申込:9月9日(水)より 先着25名

明治乳業出前講座 in ふれあいサロン

ヨーグルトのひみつ

10月14日(水) 13:00~14:30

毎日の食卓に身近な「ヨーグルト」には、知られざる秘密がいっぱい！楽しく学びながら、ヨーグルトの魅力や健康との関わりを知ることができる講座です。

会場:新子安地域ケアプラザ 多目的ホール
講師:明治乳業株式会社
内容:ヨーグルトの栄養・乳酸菌の働き等
参加費:無料
定員:20名(9/1(火)~受付)
申込:新子安地域ケアプラザ(423-1701)

9/29
(火)

赤ちゃん連れの方から高齢者まで
どなたでも気軽に参加できる集いの場

ヨールサロン

時間 10:00~11:00
会場 新子安地域ケアプラザ 多目的ホール
参加費 500円(材料費)
内容 エッセンシャルオイルとは(講話)
アロマ香るコットンボールづくり
茶話会(ハーブティーを飲みながら)
申込 新子安地域ケアプラザまで
(☎423-1701) 9/26(土) 〆切
共催 ヨールサロン・新子安地域ケアプラザ

予約不要・無料の相談会

発達相談会

10/1(木) 10:00~12:00

会場:新子安地域ケアプラザ ボランティアルーム
対象:就学前のお子さんを育てている保護者様
(親子で相談可)

申込:不要(時間内に直接会場にお越しください)
協力企画:療育特化型事業所ディアーズ 1st

作業療法士、言語聴覚士、心理士など専門的な資格を持ったスタッフが話を聞かせていただきます。

新子安地域ケアプラザ予定表

※主催・後方支援事業を掲載しています。

日程が変更・中止になる場合がございます。

お問い合わせはこちらまで 新子安地域ケアプラザ TEL: 423-1701

9月						
日	月	火	水	木	金	土
		1 ○活き粋ストレッチ	2 ○赤ちゃん学級	3	4	5
6	7 ○すくすくかめっ子 ■ゆる体操	8	9 ○体操教室 ■ふれあいサロン	10 ■子雀の会	11	12
13	14 ■太極拳 ■囲碁将棋解放デー	15 ○活き粋ストレッチ	16 ○すくすくかめっ子 ■おりがみ教室	17 ○ちえりーカフェ	18 ■パラダイス	19 休館日
20	21 ■ゆる体操	22 ■雀の会	23 ○体操教室	24	25	26
27	28 ○すくすくかめっ子 ■太極拳 ■囲碁将棋解放デー	29	30			

10月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 ■ゆる体操	6 ○活き粋ストレッチ	7 ○赤ちゃん学級	8 ■子雀の会	9	10
11	12 ■太極拳 ■囲碁将棋解放デー	13	14 ○体操教室 ■ふれあいサロン	15 ○介護者のつどい	16 ■パラダイス	17 休館日
18	19 ■ゆる体操	20 ○活き粋ストレッチ	21 ○すくすくかめっ子 ■おりがみ教室	22	23	24
25	26 ○すくすくかめっ子 ■太極拳 ■囲碁将棋解放デー	27 ■雀の会	28 ○体操教室	29	30	31

健康維持

趣味活動

子育て支援

その他

○：午前

■：午後



定期開催中の講座



当ケアプラザでは、年間を通して様々な講座を企画・開催しております。どの講座も初回の体験は無料です。複数の講座に参加することももちろん可能です。気になる講座がありましたらお気軽にお問い合わせください。

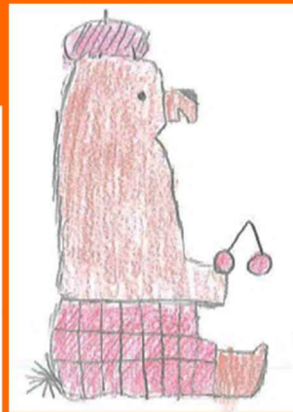
	講座名	日時	内容	参加費 (1回)
健康維持	ゆる体操	<第1・3月曜日> 13:00~14:30	筋肉や骨、内臓をゆるめることで身体機能を高めます。ゆっくりとした動きなので運動が苦手な方にもお勧めです。	500円
	太極拳 	<第2・4月曜日> 13:00~14:30	40歳以上対象。呼吸に合わせてゆっくりとした柔らかな動きが特徴です。初心者やシニアの方でも参加できます。	500円
	活き粋ストレッチ 	<第1・3火曜日> 10:00~11:30	体力維持・介護予防に効果的な体操・ストレッチを行います。マット(バスタオルでも可)をご持参ください。	500円
	体操教室 	<全6回コース> R8.7/8.7/22 8/12.8/26 9/9.9/23 10:00~11:30	申し訳ありません  現在この教室は満員の為、募集を中止しております 登録済みの方は、ご参加いただけます！ 見学・体験は随時可能です。	
趣味活動	囲碁将棋解放デー 	<第2・4月曜日> 13:00~16:00	時間内にふらっと立ち寄って対戦することができます。お子様も参加できます。	無料
	健康マージャン 「雀の会」「子雀の会」	<第4火曜日> <第2木曜日> 12:00~15:00	同じ趣味を持った方々の「つどい・交流の場」として 両日とも定員20名(5卓)で行なっています。 「子雀の会」は、主に初心者対象としています。	無料
	ふれあいサロン	<第2水曜日> 13:00~15:00	申し訳ありません  現在この教室は満員の為、募集を中止しております 登録済みの方は、ご参加いただけます！	
	おりがみ教室 	<第3水曜日> 13:00~14:30	申し訳ありません  現在この教室は満員の為、募集を中止しております 登録済みの方は、ご参加いただけます！	
	民謡教室		申し訳ありません こちらの教室は終了になりました。	
子育て支援	神奈川区 赤ちゃん学級	<第1水曜日> 10:00~11:00	0歳の赤ちゃん(第1子)と保護者の集まりです (対象地区:新子安、入江、子安台、子安通)	無料
	すくすくかめっ子 ~親子のたまり場~	<第1.4月曜日、 第3水曜日> 10:00~11:30	地域の方たちと親子が一緒におしゃべりや仲間づくりをする「親子のたまり場」です。開催時間内の出入りは自由で予約は不要です。(対象地区:新子安)	無料
その他	パラダイス ~学齢障がい児の 居場所~	<第3金曜日> 16:00~20:00	(未就学児~小・中・高校生対象) フリースペースとして、時間内の出入りを自由にして おります。情報交換の場としてご活用下さい。 	無料
	パラダイス NEXT	同上	(高校生以上の障害のある方とそのご家族様) パラダイスと同じ活動時間にご利用いただけます。	無料
	介護者の集い	<偶数月第3木曜日> 10:00~11:30	介護中の方、介護について知りたい方の他、どなたでもご参加いただけます。	100円
	ちえりーカフェ 	<奇数月第3木曜日> 10:00~11:30	認知症ご本人やご家族、地域の方、専門職等が集まり、お菓子やお茶とともに会話を楽しんだり、気軽に相談できる場です。(予約不要・出入り自由)	100円

事前にご連絡をいただけるとご相談がスムーズです。
ご相談は ☎045-423-1703 地域包括支援センターまで

ちえりーカフェ PR キャラクター(案)

「やさしさを広げようー夏休みチームオレンジ体験ー」を7月30日、31日の2日間で開催しました。小中学生5名が参加され、認知症サポーター養成講座やデイサービスに通われているお客さまとの交流、新子安地域ケアプラザ主催の認知症カフェ「ちえりーカフェ」について学んでいただいた後で、ちえりーカフェをPRするためのキャラクターを参加された方に考えていただきました。

参加者考案のキャラクター



今後ちえりーカフェに来場された方やボランティアの方のご意見を伺いながら、キャラクターを最終決定する予定です。決定しましたら、紙面でお知らせします。

介護者のつと い施設について知ろう！

10/15 (木) 10:00～11:30

内 容：わかたけ新子安の見学と茶話会

集 合：新子安地域ケアプラザ (9:45)

または現地 (10:00)

参加費：100 円 (飲み物・お菓子代)

申 込：新子安地域ケアプラザ(423-1701)

ちえりーカフェ

9/17 (木) 10 時～12 時

対 象：地域の方どなたでも

参加費：100 円 (お茶・お菓子付)

会 場：新子安地域ケアプラザ 多目的ホール

出入自由・申込不要



社会福祉法人横浜市福祉サービス協会

横浜市新子安地域ケアプラザ

住所：横浜市神奈川区新子安 1 丁目 2-4

TEL：423-1701 / FAX：423-1702

◆開館時間：月～土曜 9:00～18:00(夜間開館時は 21 時)
日曜祝日 9:00～17:00

◆休館日：第 3 土曜日、12 月 29 日～1 月 3 日

◆最寄駅：JR 新子安駅より 徒歩 3 分
京急新子安駅より 徒歩 3 分

担当エリア

新子安 1～2 丁目・子安台 1～2 丁目・子安通・入江 1～2 丁目・神奈川 1～2 丁目・東神奈川 1～2 丁目・新町・神奈川本町・浦島町・亀住町・千若町・新浦島町・守屋町・恵比寿町・宝町・山内町・星野町・出田町・鈴繁町・橋本町・瑞穂町・浦島丘

