

藤棚地域ケアプラザカレンダー

日程が変更、中止になる場合がございます。感染予防のため、自宅での検温、十分な体調管理の上
ご参加ください。お問い合わせはこちらまで TEL: 253-0661 担当: 喜多

9月

8/16 現在の予定です

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4 ☆ルアナ-3B体操	5 ♪シタール ☆にこにこ会	6 ☆ころぼんよ体操 *フレンドリーヨガ	7 ♪赤ちゃん教室 eネット同好会	8 わくわくフォト	9 ☆すこやかクラブ ☆はつらつクラブ	10 ☆キラキラ会
11 ☆さわやか体操	12 ♪シタール えいごの時間 ☆ひまわり会 *ストレッチ月曜会	13 リラックスギター ☆藤棚3B元気会 ♡とんぼ *フレンドリーヨガ	14 eネット同好会	15 ♪ピーナッツクラブ *イリマ	16 藤棚 ECLUB	17 ☆キラキラ会
18 ☆ルアナ-3B体操	19 ☆にこにこ会	20	21 eネット同好会	22 *イリマ	23 ☆すこやかクラブ ☆はつらつクラブ ☆ひまわり会	24 ☆赤い靴
25 ☆さわやか体操 オータムコンサート	26 一の会 脳トレ 藤棚 ECLUB *ストレッチ月曜会	27 リラックスギター ☆藤棚3B元気会 ♡とんぼ	28	29 ☆作味会	30	

10月

8/16 現在の予定です

日	月	火	水	木	金	土
						1
2 ☆ルアナ-3B体操	3 ♪シタール ☆にこにこ会	4 ☆ころぼんよ体操 *フレンドリーヨガ	5 ♪赤ちゃん教室 eネット同好会	6 *イリマ	7	8 ☆キラキラ会
9 ☆さわやか体操	10 えいごの時間 ☆ひまわり会 *ストレッチ月曜会	11 リラックスギター ☆藤棚3B元気会 ♡とんぼ *ヨガ	12 eネット同好会	13 ☆作味会 わくわくフォト	14 ☆すこやかクラブ ☆はつらつクラブ	15 ☆キラキラ会 認知症サポーター
16 ☆ルアナ-3B体操	17	18 *フレンドリーヨガ	19 eネット同好会	20 ♪ピーナッツクラブ	21	22 ☆赤い靴
23 ☆さわやか体操	24 一の会 脳トレ 藤棚 ECLUB *ストレッチ月曜会	25 リラックスギター ☆にこにこ会 ♡とんぼ *ヨガ	26 eネット同好会	27 *イリマ	28 ☆すこやかクラブ ☆はつらつクラブ ☆ひまわり会	29 ☆ころもからの収穫祭
30	31 ♪シタール					

☆高齢者対象

♪子育て支援

♡障がい者余暇支援

e生涯学習

*健康維持

☆男性対象

その他



ふじだな

夢だより

.....
地域版
.....

【発行】横浜市藤棚地域ケアプラザ

発行日：令和4年9月1日
TEL：045-253-0661

発行責任者 本間 早苗
FAX：045-253-0698

「認知症サポーター」とは？

認知症とは、誰もがかかる可能性のある脳の病気です。

「認知症サポーター」は、もし認知症になっても、今まで通り住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、認知症の人や家族を温かく見守る応援者です。講座を受講すればどなたでもなることができます。

今回は「認知症サポーター養成講座」のお手伝いをしてくださる方を募集します。地域でのボランティア活動にご興味のある方、ご自身の経験を生かしたい方、過去に認知症サポーター養成講座を受講された方など、まずはお気軽にご連絡ください。

大募集！

「認知症サポーター」

養成講座の運営ボランティア
をしませんか？

「認知症サポーター養成講座」

10月15日(土) 10:30~12:00

定員 20名(要予約・先着順)

場所 横浜市藤棚地域ケアプラザ 多目的ホール

内容 ご本人と、ご家族の気持ちを理解し、認知症の方への接し方などを学びます。
映画(30分)も上映予定です。どなたにも分かりやすい内容です。

ボランティア活動に興味があるけど、まずは認知症について理解を深めたい方はこちらから！
どなたでもご参加いただけます！

◆お申込み・お問い合わせは、横浜市藤棚地域ケアプラザ 電話：253-0661

※感染症予防のため、自宅での検温、十分な体調管理の上、ご参加ください。



男性料理教室

作味会 (つくみかい)

献立作成から買い出しまで、和気あいあいと楽しんでいます。

初心者大歓迎！見学受付中です！

◇開催日 毎月第2木曜日(原則) 10:00~14:00

◇場所 横浜市藤棚地域ケアプラザ 調理室・多目的ホール

◇会費 材料費として、開催月のみ 1,000円

《お申し込み・お問い合わせ》

横浜市藤棚地域ケアプラザ 電話：253-0661 喜多まで



フジダーニャ 作品展

みなさま、
ありがとうございました!



たくさんのご応募をいただきました、フジダーニャ作品展！フジダーニャをモチーフとした素敵な作品が揃いました！好評につき9月末までケアプラザで展示します。ぜひ観に来てください！ご来館お待ちしております！

さわやかな秋風と共に素敵なフラと音楽を…

9/25 (日)

14:00~15:30

オータムコンサート

2018年にスタートした講座「ギターを弾こう！」から発足したギターサークル『リラックスギターアンサンブル』さんと、フラダンスサークル『イリマ』さんとのコラボレーションが実現しました！日曜のひととき、素敵なギターの音色とフラを皆様にお届けします！
皆様のご来場をお待ちしています。

PROGRAM

14:00~ 『リラックスギターアンサンブル』 コラボレーション 2曲
《 休憩 》
14:50~15:30 『イリマ』

場所：横浜市藤棚地域ケアプラザ 多目的ホール
持ち物：上履き 参加費：無料 定員：先着 10名
お申込みは電話又は来所にて受付します！

《お申込み・お問い合わせ》

横浜市藤棚地域ケアプラザ 電話：253-0661 喜多まで

※感染症予防のため、マスクの着用、上履きをご持参ください。
自宅での検温、十分な体調管理の上、ご参加ください。





生活支援コーディネーター あかねの部屋

ルールル
ルルル
ルールル♪

「高齢になっても、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることが出来る地域」

(あかねCo)「今回は、地域の方にお聞きした、とても良い話をご紹介します。」

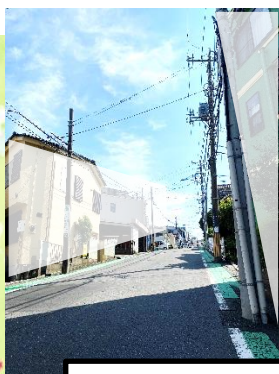
(あかねCo)「地域にお住いの前島さんが、先日コロナワクチン4回目を接種した帰り道のことです・・・」

(前島さん)「とても気温が高い日でした。ワクチン接種後の副反応に備えて、スポーツドリンク等を買ったので、荷物がとても重かったのを覚えています。大谷公園から坂を上り池ノ上公園を目指して歩いていましたが、途中で体調が悪くなってしまいました。とても坂を上り切れない、タクシーが通りかかったら乗車しよう、とキョロキョロしていました。」

(前島さん)「すると、通りがかった中学生が優しく声をかけてくれたのです。体調が悪そうに見えたので、『大丈夫ですか？荷物を持ちますよ。』と。涙が出るほど嬉しかった。お言葉に甘えて、荷物を持ってもらうと、さっきまでは、もう一歩も歩けないと思っていたのがウソのように、坂を上りきることが出来ました。」

(前島さん)「男子中学生のAさん、その節は本当に助かりました。感謝しております。」

(あかねCo)「前島さん、素敵なお話をありがとうございました。一人ではとても無理だと思っても、ほんの少しの手助けと、優しさに救われたのですね。地域には様々な方が暮らしていらっしゃいます。例えば足腰の弱った方、認知症の方、少しのお手伝いならしてもいいという方。これからも優しさの輪が広がるといいですね。」



大谷公園から池ノ上公園に向かう坂



今日のお客様
前島様

生活支援
コーディネーター
しだ あかね



こころとからだの収穫祭 ～いつまでも元気でいきいきと～

【日時】 10月29日(土)10:00～11:30

【場所】 横浜市藤棚地域ケアプラザ 多目的ホール ※当日はマスク着用、上履きの持参をお願いします。

【内容】 音楽、体操、手遊び、英語で遊ぼう！など 【定員】 20名(要予約・先着順) 【参加費】 500円

【申込み】 電話又は来所にて受付(10/22(土)締切) 横浜市藤棚地域ケアプラザ 電話:253-0661 大森・志田まで

知的障がいについて理解を深めよう！ ガイドボランティア講座

学校の送り迎えやご近所へのお散歩など、障がいのある方に付き添って一緒におでかけをするボランティアを募集しています。
「歩くのが好きな方」や「障がいのある方を支える活動に興味のある方」など、少しでもご関心のある方はぜひご参加ください。

【日時】 11月9日(水)10:00～11:30

【場所】 横浜市藤棚地域ケアプラザ 多目的ホール ※当日はマスク着用、上履きの持参をお願いします。

【内容】 知的障害・発達障害のお子さんの理解と関わり 【定員】 20名(要予約・先着順)

【講師】 横浜市中部地域療育センター ソーシャルワーカー 佐藤 克也 先生

【申込み】 メールで受付(11/2(水)締切) Mail:ido-nishi@yokohamashakyo.jp