

プラザ便り



横浜市港南台地域ケアプラザ広報紙
令和2年3月発行 第120号

3月号

〈発行〉

横浜市港南台地域ケアプラザ

〒234 - 0054

横浜市港南区港南台 3-3-1

214ビル 1階

〈発行責任者〉

福本 修平

Tel 045-834-3141

港南台支えあいネットワーク わが街 港南台の いいところ あぶないところマップ 交通防犯をテーマに意見交換会！

港南台支えあいネットワーク拡大定例会が1月28日に港南台地域ケアプラザで開催しました。

今年度は「交通防犯」をテーマに話し合いが進められ、今回は育美保育園の「お散歩マップ」と、地域住民等からのヒアリング情報により完成した「わが街港南台いいところあぶないところマップ」の紹介がありました。



いいところ



毎週、清掃活動をしている。落葉はこまめに掃除しないと大雨の時に冠水するから



お散歩マップは適宜更新している。園児の目線で安全確保に努めている



商店も多く買い物も便利イベントも多く商店会等みんなの協力が得やすい



住みよい街になったのはみんなの声があったから誰かが何か言うことを抑えてはいけない

あぶないところ



横断歩道の路面の文字が消えかかっている危険だと感じたことがあった



子どもたちの遊び場の横をスピードの出た車が走っていると危険と感じる



駐車車両が多い道で緊急車両が来た時に悩んでいる車がいる



お年寄りが信号のない道路を横断していると信号があればと考えてしまう

できること



福祉施設が増えてきている。施設と一緒に暮らしていく街というのが気持ち良いと思う



登下校の見守りをしている。子どもたちが安心できるようにおはようの挨拶を大切にしている



車の多い信号のない交差点でお年寄りや子どもたちがいると注意して見守るようにしている

講座等のご案内

※受付開始日は原則 2 か月前の同日になります。

港南台地域ケアプラザ ☎834-3141



認知症 家族のつとめ

日時：令和2年3月19日（木）

10:30~12:00

会場：港南台地域ケアプラザ

ボランティアコーナー

アドバイザー：認知症の人と家族の会

有泉 佳子 氏

定員：先着 15 名

内容：認知症の方を日頃介護されている中で
の悩みや経験を話し合う場です。



社会科セミナー 「宝塚レビュー音楽史②」

日時：令和2年3月21日（土）

14:00~16:00

会場：港南台地域ケアプラザ

多目的ホール

講師：レコード蒐集家 八木 義之 氏

定員：先着50名

内容：戦前の宝塚歌劇が取り上げた楽曲を当時の
レコード盤を使って蓄音機で鑑賞しま
す。今回はフランスのシャンソンからアメ
リカのジャズに至るまでご紹介します。



ほんとセミナー 「侮ってはいけない便秘」

日時：令和2年3月24日（火）

13:30~15:00

会場：港南台地域ケアプラザ

多目的ホール

講師：港南台内科クリニック

医師 篠田 和明 先生

定員：先着 30 名

内容：最新の便秘に関する治療薬や対処法に
ついてお話しします。



おひとしさまの会 「急な入院！あなたはどうしますか？」

日時：令和2年3月25日（水）

10:00~11:30

会場：港南台地域ケアプラザ 多目的ホール

講師：横浜栄共済病院 患者サポートセンター

山本 晃永 氏

定員：先着 30 名

内容：急な入院の時に「パジャマはどうする？」
「支払いは？」等の疑問を、分かりやす
くお話しします。

港南台支えあいネットワーク 「ふれあいデー」

日時：令和2年3月29日（日）

13:30~15:30（開場 13:00~）

会場：港南台ひの特別支援学校ホール

定員：先着 280 名 ※申込不要。直接会場まで

内容：障がいのある方とのふれあいイベント

①基調講演「特別支援教育について」

港南台ひの特別支援学校

副校長 新島 隆 氏

②ライブ&トーク うすい まさと 氏

子育て支援事業 「赤ちゃんのタッチケア講習会」

日時：令和2年4月14日（火）

10:00~11:30

会場：港南台地域ケアプラザ 多目的ホール

講師：タッチケアインストラクター千葉 ひろみ 氏

対象：3~12 か月の子どもと保護者 20 組

参加費：300 円 ※3/11~受付開始

持ち物：バスタオル、飲み物、おむつ

内容：タッチケアの実習、実習後、ハーブティ
を飲みながらお話しします。



※ 当日、やむを得ず遅れられたり欠席される時は、予めご連絡ください。
連絡がない場合や開始時刻に遅れた場合、受講できないことがございます。



地域のお知らせ



港南台地域ケアプラザ 2020出張相談会

「イオン健康相談会」

日時：毎月第1木曜 10:00～15:00 *下図参照

場所：イオンフードスタイル港南台支店（南部病院側入口）

内容：介護に関するご相談、塩分チェックや認知症チェックなど体験
いただくとプレゼントのご用意もあります。

1	4月2日	5	8月6日	9	12月3日
2	5月7日	6	9月3日	10	1月7日
3	6月4日	7	10月1日	11	2月4日
4	7月2日	8	11月5日	12	3月4日



～ふるさと港南台に想いを寄せて～



お知らせ「歌声喫茶と地図のワークショップ」

日時：令和2年3月30日（月）10:00～13:00

会場：港南台タウンカフェ（港南台4-17-22 キタミビル2F）

参加費：800円（昼食付き） 定員：10名

内容：昭和の名曲を一緒に歌いながらお喋りします。

今回は地図のワークショップも行います。

申込・問合せ：港南台タウンカフェ 045-832-3855

こもれば 카페
歌声喫茶 ボランティア
田中 久子 さん
東京都昭島市出身
港南台在住歴22年

タウンカフェは娘が並びの音楽教室へ通っていたことでオープンすることを知り、当初から小箱ショップ（※1）のオーナーとして関わることになりました。そのうちにタウンカフェで働くようになり、地元の人が通り過ぎていく隠れ家のような感じが魅力的で、私の居場所になっていきました。

毎年秋に開催している「音フェスタ」では司会を任されるようになり、イベントを作り上げるボランティアさんの熱意がすごいのと、人のつながりが大きくなっていることに驚いています。また、地域の人による多彩な音楽を知ることができます。

こもれば 카페（※2）の「歌声喫茶」では、一人だと歌うのが恥ずかしいけど、みんなとなら歌えると元気になってくださることが一番うれしいです。港南台のまちには音楽やハンドメイドなどが発揮できる文化が根付いているまちに感じます。港南台は子どもたちにとっての故郷だと思っていましたが、私にとっても第二の故郷に感じるようになりました。

※1「小箱ショップ」とはタウンカフェ店舗内にある小箱スペースを借り、ハンドメイド作品を展示販売できるコーナーです。

※2「こもれば 카페」とはタウンカフェで毎週月曜に行っているシニア向けサロンです。介護保険の要支援認定の方も参加できるプログラムを取り入れ、歌声喫茶は月に1回程開催しています。

ケアプラザカレンダー (3/1～4/4)

～施設点検のお知らせ～
3月16日(月)は「施設点検日」
のため、貸館業務を休業いたします。



日	月	火	水	木	金	土
3/1	3/2	3/3	3/4	3/5	3/6	3/7
	歯科相談 (14:30～)	ゆらりん ころりん (10:00～) みち草 (13:30～)	さわやか ストレッチ クラブ 一部 12:45～ 二部 14:30～	イオン相談会 (10:00～) ぺんぺん草の会 (10:30～)	とまと こども食堂 (16:00～) 食事 17:30～	南部病院 健康教室 (14:00～)
3/8	3/9	3/10	3/11	3/12	3/13	3/14
	歯科相談 (14:30～)	ほっとカフェ (13:00～)	ぴょんぴょん (10:00～) そよかぜ南の家 パン販売 (11:30～)	ぺんぺん草の会 (10:30～)	ボランティア 交流会 (13:30～)	国際交流 学習支援 (13:00～)
3/15	3/16	3/17	3/18	3/19	3/20	3/21
	施設点検日 ※17:00 閉館	音楽のひろば (13:30～)	さわやか ストレッチ クラブ 一部 12:45～ 二部 14:30～	認知症 家族のつどい (10:30～) ぺんぺん草の会 (10:30～)		社会科 セミナー (14:00～)
3/22	3/23	3/24	3/25	3/26	3/27	3/28
	赤ちゃん教室 (10:00～) 歯科相談 (14:30～)	ほっとセミナー (13:30～)	おひとりさまの 会 (10:00～) そよかぜ南の家 パン販売 (11:30～)	子育て まち育て塾 (10:30～)	お～い！ らくかい (10:00～)	国際交流 学習支援 (13:00～) 蓄音機 音楽鑑賞会 (14:00～)
3/29	3/30	3/31	4/1	4/2	4/3	4/4
ふれあいデー (13:30～) ※港南台ひの 特別支援学校 ホール			さわやか ストレッチ クラブ 一部 12:45～ 二部 14:30～	イオン相談会 (10:00～) ぺんぺん草の会 (10:30～)	とまと こども食堂 (16:00～) 食事 17:30～	

～お知らせ～

4月から貸館の利用方法が変わります。貸館の利用が「時間貸し」から「枠貸し」へ
変更になります。貸出区分(ご利用時間)は次のとおりになります。

曜日/区分	午前	午後1	午後2	夜間
月～土	9時～12時	12時～15時	15時～18時	18時～21時
日・祝日	9時～12時	12時～15時	15時～17時	

ボランティアさん募集中!

港南台地域ケアプラザでは、デイサービス
や高齢者サロン、子育てや障がい者支援サー
クルなどにおいて、運営をお手伝いしてい
ただけるボランティアさんを募集しています。

お問合せは、港南台地域ケアプラザへ
☎045-834-3141

榊原・多田まで

