

プラザ便り

令和4年10月発行

ケアプラフェスタ 2022

HAPPY ハロウィン でつながろう♪

港南台地域ケアプラザによる秋の恒例イベント『ケアプラフェスタ 2022』を開催します。今年度は「ハロウィンでつながろう♪」をテーマに地域のみなさまが楽しめる企画を催します。

ぜひ、お気軽にお立ち寄りください！！



日時

10月30日(日)10:00~15:00

場所

港南台地域ケアプラザ

マスクの着用にご協力ください。



販売コーナー/10:00~12:00

○JA 横浜 港南台支店(野菜販売)

○特定非営利活動法人

こころの健康を考えるかるがも会

「パステル」(お弁当販売)

「かるがもの家」(お菓子販売)

※無くなり次第終了となります。



団体発表 10:30~11:35/13:00~14:50

○アルペジオ(ギター演奏)

○健身気功「空」

○青空太極拳の会

○港南台女声コーラス

○港南台香彩会(日本舞踊)

※出演時間に関してはお問合せ下さい。



健康チェック/13:00~15:00

○血管年齢測定

○ペグボード(手腕作業能力測定)など



フотスポット

ハロウィンのフотスポットもあるYO~♪



ゲームコーナー/10:00~15:00

○輪投げ ○お魚釣り

○スカットボール など

午前中は
アートバルーンも
やってるよ！

プレゼント

粗品をご用意しています♪

※無くなり次第終了となります。



ケアプラザでボランティア活動する 地域の方々



港南台地域ケアプラザで様々な世代の方々が活躍されています。皆さまの力がケアプラザの支えとなっています。

ケアプラザ前の花壇を手入れするボランティアさん



ケアプラザの前の道を通る方からボランティアのお申し出があり、花壇の手入れ(お花の水やり、手入れ等)をしていただいています。

ケアプラザでは様々なボランティアさんを募集しています。ご興味のある方をお待ちしています。

問い合わせ先: Tel.045-834-3141



地域包括支援センター便り

Vol.12

9月11日(日)に
開催しました!



港南台地区センターにて、「認知症サポーター養成講座」を開催しました。当日は18名の方が受講され、認知症についての理解を深めました。

今回は港南台社会福祉協議会の協力を得て、認知症の話や紙芝居、ゲームなどを実施しました。

認知症サポーター養成講座とは…

認知症について正しく理解し、認知症やその家族を見守る応援者を増やす取組です。10名以上の団体に対し、寸劇や紙芝居等を取り入れ、楽しく分かりやすい講座を開催しています。受講料は無料です。

問い合わせ先: 地域包括支援センター Tel.045-834-3143



ケアプラザでの福祉・保健に関する相談時間の変更について 【令和4年10月以降】



■ 相談時間

・月曜～土曜⇒9:00～18:00

・日・祝⇒9:00～17:00

〈年末年始及び月1回の施設点検日は休館〉

※上記以外の時間帯について、ケアプラザにかかる相談電話は看護師等が対応するコールセンターに転送し、対応します。

・ご相談が重なる場合もありますので、事前にご予約ください。



これからの講座紹介

新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、事業が中止・延期となる場合がありますので、事前にお問い合わせ下さい。

※各講座は事前予約になります

歯のほのぼの相談室 特別版 お口からの健口管理について



- ◆ 日 時: 令和4年11月12日(土)
14:00~15:00
- ◆ 会 場: 港南台地域ケアプラザ 多目的ホール
- ◆ 対 象: 地域の方
- ◆ 相談員: 横浜市南部病院 歯科衛生士
※相談員は歯科医師ではありません

予約受付中

定員
8名

- ◆ 内 容:
口の中の環境を保つための方法をお教えします。

注): 感染予防の観点からブラッシング等の実演を伴う指導は行いません

赤ちゃんの タッチケア講習会

先着
6組

- ◆ 日 時: 令和4年11月14日(月)
10:00~11:15
- ◆ 会 場: 港南台地域ケアプラザ 多目的ホール
- ◆ 対 象: 3~12ヶ月児とその保護者
- ◆ 参加料: 300円
- ◆ 申 込: 10月11日(火)から電話か来所にて受付



- ◆ 講 師: 千葉 ひろみ先生
- ◆ 内 容:
タッチケアの実習を行った後、ハーブティーを飲みながら、ゆっくり過ごしましょう!

認知症家族のつどい

- ◆ 日 時: 令和4年11月17日(木)
10:30~11:30
- ◆ 会 場: 港南台地域ケアプラザ ボランティアコーナー
- ◆ 対 象: 認知症の方の介護をしているご家族
- ◆ 講 師: 認知症の人と家族の会
有泉 佳子 氏

予約受付中

定員
10名

- ◆ 内 容: 認知症の方を介護されているご家族が集まり、日頃の悩みや経験を話合います。



とまとこども食堂

- ◆ 日 時: 令和4年11月4日(金)
17:30~18:30
- ◆ 会 場: 港南台地域ケアプラザ ボランティアコーナー
- ◆ 対 象: 地域にお住まいの親子
※大人は保護者、付き添いの人に限定
- ◆ 内 容: 地域の人や支援団体から寄付された食材を配布します。
※数に限りがあるため、なくなり次第終了となります。
※お名前とご連絡先のご記入にご協力下さい。



よこはまシニアボランティアポイント 登録研修会

- ◆ 日 時: 令和4年11月14日(月) 13:30~15:30
- ◆ 会 場: 港南台地域ケアプラザ 多目的ホール
- ◆ 対 象: 65歳以上の横浜市民の方
- ◆ 持ち物: 筆記用具、介護保険証

予約受付中 定員20名

- ◆ 内 容:
①よこはまシニアボランティアポイントの概要説明
②ボランティア活動について
③よこはまシニアボランティア活動を始める方への心構え





ケアプラザカレンダー 9月25日～11月5日

～施設点検のお知らせ～

10月の施設点検は**10月31日**となりますので、**貸館業務を休業**いたします。



日	月	火	水	木	金	土
9月25日	9月26日	9月27日	9月28日	9月29日	9月30日	10月1日
	歯のほのぼの 相談室 (14:30～)	ほっとセミナー (13:30～)	おひとりさま の会 (10:00～)	べんべん草の会 (10:00～)	おーい! 元気かい! (10:00～)	
10月2日	10月3日	10月4日	10月5日	10月6日	10月7日	10月8日
	歯のほのぼの 相談室 (14:30～)	ゆらりん ころりん (10:10～) みち草 (13:30～)		べんべん草の会 (10:00～)	とまと こども食堂 (17:30～) ※お食事の提供 はありません	
10月9日	10月10日	10月11日	10月12日	10月13日	10月14日	10月15日
		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～)	べんべん草の会 (10:00～)		
10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日	10月21日	10月22日
		音楽のひろば (13:30～)	健トレ2022 (10:00～)	べんべん草の会 (10:00～)	ないとくる～ず (18:00～)	
10月23日	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日
	赤ちゃん教室 (10:00～) そよかぜ南の家 パン販売 (11:30～) 歯のほのぼの 相談室 (14:30～)	鎌倉湘南 ウォーキング (9:00～) ※鎌倉駅集合 ほっとセミナー (13:30～)	健トレ2022 (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～)	おーい! 元気かい! (10:00～)	
10月30日	10月31日	11月1日	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日
☆ケアプラ☆ フェスタ 2022 (10:00～)	施設点検日 	みち草 (13:30～)	健トレ2022 (10:00～)		とまと こども食堂 (17:30～) ※お食事の提供 はありません	

新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、事業が中止・延期となる場合がありますので、事前にお問合せ下さい。



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。

お問い合わせは、港南台地域ケアプラザへ
☎045-834-3141 担当:榊原・多田

