

プラザ便り

〈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
TEL:045-834-3141

〈発行責任者〉所長 福本 修平



令和6年3月発行

災害が起きる前にできること！

●家族間の安否確認方法について

別々の場所にいるときに災害が発生した場合でもお互いの安否を確認できるよう、日頃から安否確認の方法や集合場所などを、**事前に話し合っておきましょう**。災害時には、携帯電話の回線がつながりにくくなり、連絡がとれない場合もあります。このような時、次のサービスがあります。



災害用伝言ダイヤル

・局番なしの「171」に電話をかけると伝言を録音でき、自分の電話番号を知っている家族などが、伝言を再生できます。

※一般加入電話や公衆電話、一部のIP電話からご利用できます。

※携帯電話・PHSからもご利用できます。

災害用伝言板

・携帯電話やPHSからインターネットサービスを使用して文字情報を登録し、自分の電話番号を知っている家族などが、情報を閲覧できます。

※内閣官邸ホームページ(<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/bousai/sonae.html>)から

～参考～

「港南区防災ガイド(中学生編・小学生編)」

いざという時に備えて、家族間の決まりごとを確認してみましょう。

区役所、各ケアプラザで配布しています。※区役所ホームページからダウンロード可



港南台連合自治会主催 意見交換会

1月28日(日)に開催しました！

昨年に引き続き、港南台地区センターにて港南台連合自治会主催の意見交換会が開催されました。当日は、区役所、ケアプラザも参加し、4つのグループ(団地エリア・戸建てエリアで各2グループずつ)に分かれて意見を交えました。各グループでは、それぞれの自治会で行っている取組を共有し、現状の課題について議論を深めました。年明けに能登半島地震が発生したことで、防災への危機意識が高まっている中、日頃からの備えが大切だと再認識しました。



港南区医師会館にて、医療と福祉の連携が目的である港南区医師会主催のエリア会議(懇談会)が開催されました。港南台の開業医やケアプラザ、区役所が出席しました。他のエリアでも開催されていますが、医師の出席が区内最多との事でした。ケアプラザ及び地域包括支援センターの説明をした後、能登半島地震もあったため、福祉避難所のことや介護保険などについて情報交換しました。

問い合わせ先:地域包括支援センター TEL045-834-3143



地域包括支援センター 高橋・今岡
稲垣・宮部



子育てサロン「ぴよんぴよん！」



1、2月に
開催しました！

未就学児を持つ親子を対象とした子育てサロンを毎月1回(8月お休み)開催しています。現在では、以前に比べて参加申込みが増加しており、毎月12～13組の親子が参加しています。



フリートークの時間を通して、ママ同士のつながりが深まりました。1月、2月は特別に管理栄養士、保育士をお招きし、ミニ講座も開催しました。

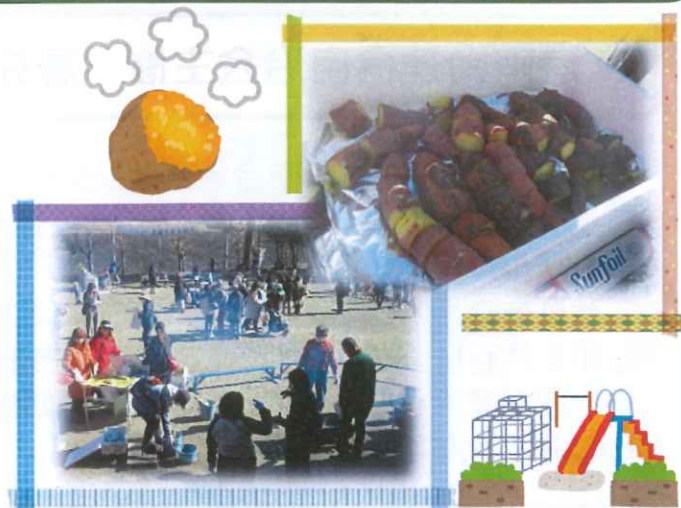


港南台子育て連絡会主催 冬も元気に外あそび！

1月17日(水)に開催しました！

今年も「冬も元気に外あそび！」が港南台中央公園にて開催されました。地域のより多くの親子連れに外あそびの魅力を知ってもらうことを目的としています。当日参加の親子には先着150名限定で、焼きたての焼いもをお渡ししました。

また、保育園や幼稚園の園児たちも先生と一緒に焼いもを食べながら、楽しそうに過ごしていました。





ケアプラザからのお知らせ

令和6年度
第1回

生バンド de 歌声サロン



生バンドの伴奏に合わせて、歌声喫茶でおなじみの曲や季節の歌などを歌いましょう♪

演奏は、平成28年から当ケアプラザで活躍中の“みらくる☆甚平さん”です



☆感染防止のため、マスクの着用にご協力願います☆



日時：令和6年4月6日（土）

・1部：11時00分～12時30分（開場：10時40分～）

・2部：14時00分～15時30分（開場：13時40分～）

会場：港南台地域ケアプラザ 多目的ホール

伴奏者：みらくる☆甚平さん

参加費：300円（お茶つき）

定員：各回 定員30名 ※先着予約順

持ち物：上履き、靴入れ

申込：来所または電話にて予約してください

※3月6日（水）9時00分～受付開始



これからの事業紹介

子育てサロン ぴよんぴよん！

先着
15組

◆日時：令和6年4月10日（水）

10:00～11:15

◆会場：港南台地域ケアプラザ 多目的ホール

◆対象：0歳児～未就学児とその保護者

◆申込：3月11日（月）から

電話か来所にて受付



◆内容：お友達づくりや情報交換など、
気ままな集いの場となっています。
お気軽にご参加ください！

※講座は事前予約になります

※持ち物：上履き、靴入れ

土足厳禁！



赤ちゃんのタッチケア講習会

先着
8組

◆日時：令和6年4月16日（火）

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

◆参加費：300円

◆申込：3月11日（月）から

電話か来所にて受付



◆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
します！



ケアプラカレンダー 3月1日～3月31日

施設点検のお知らせ
3月18日は施設点検の為
貸館業務を休業いたします。



★：夜間閉館日（18 時閉館）

日	月	火	水	木	金	土
					3月1日	★ 3月2日
					とまと こども食堂 (17:30～) ※お食事の提供 はありません	
3月3日	★ 3月4日	★ 3月5日	3月6日	★ 3月7日	3月8日	★ 3月9日
		はるウォーキング (9:30～) ゆらりんころりん (10:10～) みち草 (13:30～)		べんべん草の会 (10:10～)		
3月10日	★ 3月11日	3月12日	3月13日	3月14日	3月15日	★ 3月16日
まろにえカフェ ぶらっと♪ (10:00～)	歯のほのぼの 相談室 (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～)	べんべん草の会 (10:10～)	ないと くるーず (18:00～)	
3月17日	3月18日	★ 3月19日	3月20日	3月21日	3月22日	★ 3月23日
	施設点検日 	音楽のひろば (13:30～)	ふれあいデー (13:30～) 会場:港南台 ひの特別支援学 校ホール・体育 館	べんべん草の会 (10:10～) 認知症家族の つどい (10:30～)	お～い 元気かい! (10:00～)	
3月24日	★ 3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日	★ 3月30日
	赤ちゃん教室 (10:00～) そよかぜ南の家 パン販売 (11:30～)	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～)		
3月31日						

月～土:9～21時(※) 日・祝:9～17時(年末年始及び月1回の施設点検日は休館)

※18～21時(夜間枠)に施設予約がない場合、18時に閉館(予約のある日は21時まで開館)



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

