

〈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 川端 邦治

# プラザ便り

令和6年4月発行

## 新所長の着任あいさつ



新所長 川端 邦治

横浜市保土ヶ谷区在住です。令和6年3月迄、当ケアプラザの運営法人である神奈川県済生会（支部）に在籍しておりました。当ケアプラザは開設より今年31年目を迎えますが、当ケアプラザの所長と云う大役を拝し、身の引き締まる思いにおります。精一杯、務めさせていただきますので、ご支援ご協力の程、宜しくお願いいたします。

## 港南台地域ケアプラザは30歳になります♪

当ケアプラザは平成6年11月1日に開設しました。今年度は30周年という節目です。地域に根差したケアプラザとして、皆様のお役に立てるよう、職員一同頑張っておりますので、引き続き宜しくお願いいたします。

### 各事業

- 地域包括支援センター
- 生活支援体制整備事業
- 地域活動交流事業
- 居宅介護支援  
(ケアマネージャー)
- 通所介護  
(デイサービス)

身近な福祉・保健の拠点として、様々な取組を行っている横浜市独自の施設です



## 前所長の退任あいさつ

この度、退職させていただきました。5年間の在職中は、ご厚意を賜り誠にありがとうございました。また、コロナ禍では貸館に制限を設けさせていただいたり、皆さまには大変ご迷惑をおかけしました。私にとりましてはここでの経験は貴重で楽しい思い出です。皆さまの今後ますますのご健康とご多幸をお祈りいたします。 福本 修平

# はるウォーキング



歴史ある雛人形を見に行こう♪

3月5日  
開催しました！

今回は栄区にある本郷ふじやま公園の古民家に展示されている、歴史あるひな人形を見に行ってきました。見事なひな人形で、参加者のみなさんは大変喜んでいました。また、コースの途中にあるいたち川では鷺や川辺の草花に、ちょっとした春を感じることもできました。次回は「あきウォーキング」を開催する予定です。



## 健トレ2024春 (全4回シリーズ)

先着10名

日頃の健康を維持するための、スキルを身につけませんか？

第1回「口腔」 第2回「ロコモ体操」 第3回「栄養」 第4回「リフレクソロジー」

日時: 第1回:5月 1日(水) 10時00分~11時30分  
第2回:5月15日(水) 10時00分~11時30分  
第3回:5月29日(水) 10時00分~11時30分  
第4回:6月 5日(水) 10時00分~11時30分

場所: 港南台地域ケアプラザ 多目的ホール

対象: 65歳以上で全4回参加できる方 参加料: 無料

持ち物: 上履き、靴入れ 申込: 事前予約制(電話か来所にて受付)



季節を楽しむ

## おりがみ

講座

先着10名

日時:4月17日(水)

「満員御礼」

場所: 港南台地域ケアプラザ

講師: 日本折紙協会認定講師 石山 和子先生

参加料: 無料

持ち物: 上履き、靴入れ

申込: 事前予約制(電話か来所にて受付)

今回は  
和紙を使って  
兜を作ります♪

【今後の予定】6月19日(水)9月18日(水)11月20日(水)2月19日(水)3月19日(水)

※その都度お申込みが必要です。詳細は各回のチラシをご確認ください





# ケアプラザからのお知らせ



## 「令和6年度 1歳児子育て学級 すずめ」(全6回) 開講!

赤ちゃん教室を卒業して、今度はどこへ行こうかしら? 引っ越してきたばかりで知り合いがない、近所にもっとお友だちを作りたい、そんなママの声に応じて今年も1歳児子育て学級「すずめ」を開催します。講師の話やおやこ遊び、フリートークなどを通して仲間を作りましょう。

- 対象: 令和4年4月2日~令和5年4月1日生まれのお子さまとその保護者
- 定員: 親子15組(抽選) ※参加の可否は5月2日(木)までに郵送でお知らせします。
- 会費: 1300円(全6回) ○時間: 10:00~11:15
- 会場: 港南台地域ケアプラザ 多目的ホール ※6/1のみ港南台地区センター体育室



1	5月14日(火)	開講式	4	6月11日(火)	歯科衛生士さんに話を聞こう!
2	5月21日(火)	保育士さんになんでも聞いてちょう!	5	6月18日(火)	おやこ遊びとママのおしゃべりタイム
3	6月1日(土)	みんな一緒にミニ運動会 ※会場: 港南台地区センター	6	7月2日(火)	閉講式

- 申込: 以下の内容を記入の上、ハガキかFAX、来所にてお申し込みください。全6回参加可能な方  
【住所、親子の氏名(ふりがな)、性別、生年月日、電話番号、きょうだいの有無と月齢】
- 宛先: ハガキ⇒〒234-0054 港南区港南台3-3-1 港南台地域ケアプラザ「すずめ」担当  
FAX⇒045-834-3145 (港南台地域ケアプラザ)

募集期間4月11日(木)~23日(火) ※ハガキ必着!

## 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5月8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: 4月11日(木)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!



## 認知症家族のつどい

予約受付中

先着  
10名

- ◆日時: 令和6年5月16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
- ◆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 圭子氏

- ◆内容: 認知症の方を介護しているご家族が集まり、日頃の悩みや経験を話し合います。



# ケアプラカレンダー

## 4月1日～4月30日

施設点検のお知らせ  
4月15日は施設点検の為  
貸館業務を休業いたします。



日	月	火	水	木	金	土
	★ 4月1日	★ 4月2日	4月3日	★ 4月4日	4月5日	★ 4月6日
		みち草 (13:30～)		ぺんぺん草の会 (10:10～)	とまと こども食堂 (17:30～) ※お食事の提供 はありません	生バンド de 歌声サロン 一部 11:00～ 二部 14:00～
4月7日	★ 4月8日	★ 4月9日	★ 4月10日	★ 4月11日	4月12日	★ 4月13日
	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～)	ぺんぺん草の会 (10:10～)		
4月14日	★ 4月15日	★ 4月16日	4月17日	★ 4月18日	4月19日	★ 4月20日
まろにえカフェ ぶらっと♪ (10:00～)	<b>施設点検日</b> 	音楽のひろば (13:30～)	おりがみ講座 (10:00～)	ぺんぺん草の会 (10:10～)	ないと くるーず (18:00～)	
4月21日	★ 4月22日	★ 4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	★ 4月27日
	赤ちゃん教室 (10:00～) そよかぜ南の家 パン販売 (11:30～) 歌ってみよう (14:00～) 歯のほのぼの 相談室 (14:30～)	ほっとセミナー (13:30～)	そよかぜ南の家 パン販売 (11:30～)	子育て まち育て塾 (10:30～)		
4月28日	4月29日	4月30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)

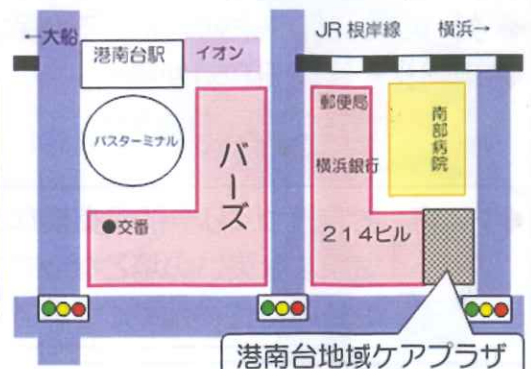
★18～21時(夜間枠)に施設予約がない場合、18時に閉館

### 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

☎045-834-3141 担当:榊原・多田



港南台地域ケアプラザ