

岡津地域ケアプラザ ケアプラザ通信 6月号No.27

令和4年5月27日発行

社会福祉法人
誠幸会

横浜市岡津地域ケアプラザ
横浜市泉区岡津町1228番地3
TEL 045-812-0685 FAX 045-812-0802
✉ okatsu-cp@i-seikoukai.or.jp
HP <https://i-seikoukai.or.jp/>
発行責任者 所長 出羽美香

乳幼児救急教室

協力 泉消防署岡津出張所



心肺蘇生法やAEDの使い方について体験していただくほか、誤飲・気道閉塞・火傷など、乳幼児に起こりうる事故やケガについての対処法について学んでいただきます。

開催日 7月8日(金) 10時~11時30分

場所 多目的ホール

対象 乳幼児のいる保護者・子育て支援をされている方

定員 16組(お子さんと一緒にご参加いただけます)

参加費 無料

申込み 6月3日(金)~7月7日(木)までに電話にてお申込みください。(先着順)



~みんなの宿題を応援~

夏休みこども教室



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



長期休暇中の子ども支援の一環として、夏休みの自由研究のお手伝いをします！SDGsをテーマに、ワークショップを行います。

開催日 7月27日(水) 10時~11時30分

場所 多目的ホール

対象 小学生 低学年は保護者の方の付添もOK

定員 16名

参加費 無料

持ち物 上履き、水分補給できるもの、筆記用具

申込み 6月15日(水)~7月10日(日)までに電話にてお申込みください。申込み多数の場合は抽選になります。

内容

- ◆SDGs(エス・ディー・ジーズ)ってなあに？
- ◆ペットボトルとタレ瓶を使ってペットボトル水族館を作ります



親子のひろば ひまわり



交流の場としてケアプラザのお部屋を開放しています。

開催日 毎週金曜日 9時30分~14時

※12時~12時30分は消毒の時間になります

場所 多目的ホール・ボランティアルーム・地域ケアルーム

対象 未就園児の親子 参加費 無料

利用人数 最大6組 利用時間 最長2時間

申込み 前日までに電話にてお申込みください

※新型コロナウイルス感染拡大防止の為、事前申込制で利用時間・利用人数を制限させて頂いております。

申込みをされず、当日直接来所されると事前申込で定員に達した場合はご利用をお断りさせて頂く場合がございますので、来所される前に必ずお問い合わせください。第2、第4金曜日は10時~11時の間、民生委員さんがお子さんの見守り、お母さんの話し相手として入ります

協力 中川地区社会福祉協議会

7月8日(金)の『親子のひろば ひまわり』は乳幼児救急教室開催のため、お休みです

フリースペース あおぞら



ケアプラザのお部屋を開放しています。

勉強の場としてもぜひご利用ください！

開催日 毎週木曜日 15時30分~20時

*祝日は17時まで

場所 ボランティアルーム 地域ケアルーム

対象 どなたでも(小学生以上)

★小学生は原則17時まで、それ以降利用する場合は事前にご連絡ください。

参加費無料、事前申込み不要、時間内出入自由

★学習支援を希望される方は事前にお申し出ください。

学習支援ボランティアさんは、定年退職された元高校教師の方がされています

※Wi-Fiが使用できます。(当日申請必要)

お問い合わせは岡津地域ケアプラザまで ☎812-0685

子育てサロン わかば

お友達づくりやママのリフレッシュに!



開催日 毎月第3月曜日 10時～11時30分
場所 多目的ホール
対象 未就園児の親子
定員 7組 パパも参加出来ます
参加費 1組100円
持ち物 飲み物等お子さんに必要なもの
内容 10時～10時30分 フリースペース
10時30分～11時30分 ヨガ
リンパマッサージやお家でも簡単に出来るセルフ
メンテナンスも取り入れながら無理なく自分自身
の身体に聞きながらヨガを行います!



講師 優子先生 (全米アライアンス RYT 終了)
申込み 前日までに電話にてお申込みください

うたごえサロン

懐かしい歌をピアノの伴奏に合わせて合唱

開催日 毎月第1月曜日
10時30分～11時30分
場所 多目的ホール
対象 どなたでも
参加費 無料
持ち物 飲み物、室内履き、マスク着用
定員 24名 毎月の申込制になります
申込み 前月20日～先着順
電話にてお申込みください



新型コロナウイルス感染状況によっては中止になる
場合があります

ボランティア募集!

子育てサロンで赤ちゃんが使用するマットを作成して
くださるお裁縫が得意なボランティアさんを募集して
います。

在宅でもできる活動になります。
お気軽にお問い合わせください。



忘れものについて

忘れもの

忘れ物の一覧をケアプラザ1階情報ラウンジに
掲示しております。
心当たりのある方はご確認をお願いいたします。
忘れ物の保管期間は、8月末までとさせていただきます。
その後は処分させていただきます。

参加者募集中 ケアプラザの自主事業から自主活動グループとして活動している団体です。

ダンディヨガ

開催日 毎月第1・第3木曜日 10時～11時
対象者 男性の方
会費 1ヶ月1000円(3ヶ月分前払い)
持ち物 ヨガマット、汗拭き用タオル
飲み物、バスタオル1枚
申込み 岡津地域ケアプラザまで電話にてお申込み
ください



心と身体・軸を整えるヨガ

開催日 毎月第2・第4木曜日 10時～11時
対象者 ヨガ経験者
参加費 3000円(3ヶ月分前払い)
持ち物 ヨガマット、汗拭き用タオル、
飲み物、バスタオル1枚
申込み 岡津地域ケアプラザまで電話にてお申込み
ください



追加募集のお知らせ

いきいき健幸クラブ

身体を動かし健康づくりしてみませんか

開催日 毎月第2・4火曜日 10時～11時
対象 どなたでも
内容 ストレッチ、脳トレ、体操
参加費 1回400円
持ち物 飲み物、タオル、マスク着用
申込み 電話にてお申込み下さい。先着順
募集人数 4名



それいゆ

ヨガを始めてみませんか

開催日 第1・4月曜日 13時～14時30分
対象 どなたでも
参加費 1回400円
持ち物 飲み物、タオル、マスク着用
申込み 電話にてお申込み下さい。先着順
募集人数 6名



お申込み・お問合せ 生活支援コーディネーター 白井

お申込み・お問合わせは岡津地域ケアプラザ ☎812-0685

地域ケア会議報告

テーマ 『住み慣れた地域でいつまでも自分らしい生活を送るには』

4月18日(月)に開催しました。

気になる人・心配な人について、ケアマネジャー、ケアプラザ職員、民生委員、医師、薬剤師、行政機関等が集まり、それぞれの立場から話し合いました。

今後お互いに協力しながら支援ができるよう このような会を企画していきます。



R4年度 介護予防事業

はつらつ健康倶楽部
ハマトレ



日時 6月21日(火) 13時30分~15時
場所 多目的ホール
内容 ロコモ予防、ハマトレ、解説、実技指導
講師 横浜市スポーツ協会 山田武史氏
持ち物 上履き、タオル、飲み物
定員 20名
申込み 電話にて申し込みください



エンディングノート講座

泉区版エンディングノートを使います！
この機会に一緒に学びませんか。

開催日 7月13日(水) 14時~15時
場所 多目的ホール
内容 エンディングノートの書き方
定員 25名
申込み 電話にて申し込みください



成年後見制度講座 & 個別相談会

司法書士の先生が制度についての説明と個別相談も行います。

成年後見制度
とは？



日時 6月11日(土) 14時~15時 個別相談会 15時~(5名程度)
場所 多目的ホール
内容 成年後見制度について
定員 25名
申込み 電話にて申し込みください。



地域包括支援センターへのご相談は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、なるべく事前にお電話にてご予約をお願いいたします。また予約なしでの来所の場合、対応できる職員がない場合がございます。その際には後ほどご連絡いたしますのでご了承ください。

来所の際には、検温と手指消毒にご協力ください。
皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

泉区の花・あやめ
(ケアプラザ駐車場)



居宅介護支援

桜の季節も終わり、暖かい日が増えてきました。梅雨前のこの季節は家から一歩出て、外を歩くのに最適な季節ですね。

住み慣れた家の周りでも交通事情や坂道等、道路の段差や障害物もあり、危険箇所は沢山あります。そのような時に、まずはリハビリの専門職が隣で歩行訓練の介助や指導をしてくれる『訪問リハビリテーション』というサービスが介護保険でも利用出来ます。リハビリの専門職(理学療法士等)が訪問し、その方に合ったリハビリを実施します。

利用するには主治医の許可が必要となりますので、まずは主治医に相談してみてください。
ご不明点はケアマネジャーまでお問合せください。

6月ケアプラザ活動カレンダー

※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、中止や延期になる場合があります。

日	月	火	水	木	金	土
			1 子育て支援者の 子育て相談 10:00～11:30	2 フリースペース あおぞら 15:30～20:00	3 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00 医療相談会 14:00～15:00	4 ベビーマッサージ 10:30～11:30
5	6 うたごえサロン 10:30～11:30 それいゆ 13:00～14:30	7	8 子育て支援者の 子育て相談 10:00～11:30	9 フリースペース あおぞら 15:30～20:00	10 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00	11 成年後見制度& 個別相談会 14:00～15:00
12	13 休館日	14 いきいき健幸クラブ 10:00～11:00	15 子育て支援者の 子育て相談 10:00～11:30 お菓子教室 CLOVER 13:30～15:30	16 フリースペース あおぞら 15:30～20:00	17 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00	18
19 ダンディキッチン 10:00～12:30	20 子育てサロン わかば 10:00～11:30	21 はつらつ健康倶楽部 ハマトレ 13:30～15:00	22 子育て支援者の 子育て相談 10:00～11:30	23 フリースペース あおぞら 15:30～20:00	24 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00	25
26	27 それいゆ 13:00～14:30	28 いきいき健幸クラブ 10:00～11:00	29 子育て支援者の 子育て相談 10:00～11:30	30 フリースペース あおぞら 15:30～20:00		

ケアプラザ事業のみ掲載

地域活動交流事業
 生活支援体制整備事業
 地域包括支援センター事業

参加者募集 ダンディキッチン

健康増進や男性同士の交流の場として開催しています
お料理が初めての方もぜひご参加ください！

開催日 毎月第3日曜日 10時～12時30分
 場所 調理室、多目的ホール
 対象者 地域にお住いの男性
 募集人数 若干名
 参加費 1200円(1回)
 持ち物 エプロン 三角巾 マスク
 手拭き用タオル 室内履き



参加者募集 お菓子教室 Clover

お菓子作りを通じた地域の皆さんの交流の場として開催しています。
お菓子作りが初めての方もぜひご参加ください。

開催日 毎月第3水曜日 13時30分～15時30分
 場所 調理室、多目的ホール
 対象者 地域にお住まいの方
 募集人数 若干名
 参加費 1000円(1回)
 持ち物 エプロン 三角巾 マスク
 手拭き用タオル 室内履き



申込み 電話にてお申込みください。

ケアプラザまでの交通案内

弥生台駅より徒歩20分
 『領家谷』バス停より徒歩3分
 『金堀谷』バス停より徒歩3分
 『白百合台団地』バス停より
 徒歩6分



ケアプラザ開館時間

月曜日～土曜日 午前9時～午後9時
 ※自主事業と貸館予約がない場合は午後6時閉館
 日曜日・祝日 午前9時～午後5時
 ※地域包括支援センター相談業務
 午前9時～午後5時 休館日 第2月曜日
 (祝日の場合は翌火曜日)



こちらのQRコードより
ご利用頂けます。



@Okatsu_CP

お申込み・お問い合わせは岡津地域ケアプラザまで ☎812-0685