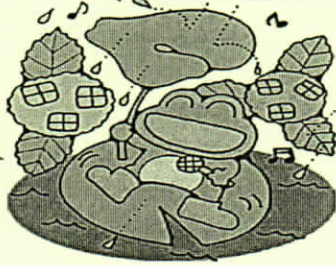
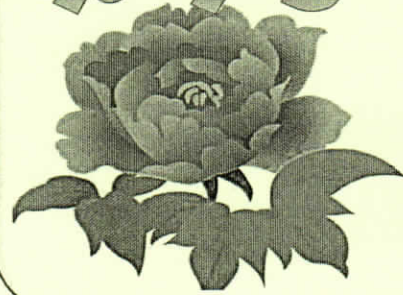


プラぶら通信



平成27年5月1日発行 第14号

社会福祉法人 緑成会
横浜市たまプラザ地域ケアプラザ
〒225-8530
横浜市青葉区新石川2-1-15
たまプラザテラス リンクプラザ4F
TEL: 045-910-5211

社会福祉法人 緑成会

検索



参加者募集中！
ご連絡お待ちしております

“介護者のつどい”を開催しています

毎月第4金曜日に開催している「プラぶらっとカフェ」に“介護者のつどい”を併設しています。介護中の方・介護予定の方等の情報交換や交流の場の他、ケアプラザの看護師等の専門職が、ご相談に対応させていただきます。

～今後の予定～

- 毎月第4金曜日 13:30~15:30
- 5月22日(金)・6月26日(金)
- 7月24日(金)・8月28日(金)
- 9月25日(金)・10月23日(金)
- 11月27日(金)・12月25日(金)
- 平成28年 1月22日(金)・2月26日(金)
- 3月25日(金)

介護者のつどい

美味しい紅茶で癒しのひととき

- 5月12日(火) 参加費：無料
- 7月14日(火) お申し込み：必要
- 9月15日(火)
- 11月17日(火)
- 13:30~15:00



コーラス メーブル



メンバー募集中!

福祉保健活動団体（自主活動サークル）の紹介

新石川小学校 20周年のお祝いのために平成19年に結成されたママさんコーラスグループです。

『第2回 プラぶらっとまつり』にて



平成27年3月22日開催

下谷自治会や老人ホーム、山内中学校PTA祭、賀詞交歓会、ケアプラザまつり等での発表のために練習をしています。3月22日のケアプラザまつりでは、「にじいろ」（“花子とアン”の主題歌）・「花は咲く」・「ふるさと」（嵐）・「野に咲く花のように」の4曲を披露しました。



ケアプラザ主催事業の



ご案内



◎各事業のお問い合わせ・お申し込み先

電話 045-910-5211

◎各事業の会場：横浜市たまプラザ地域ケアプラザ

◎各事業チラシは、当ケアプラザに設置しています

平成27年度

福祉講座



◎5月～11月まで、「認知症」をテーマに5回の福祉講座を開催いたします。

☆各回のお申し込みが必要です。

☆各回、10:00～11:30

月日	テーマ	講師
5月26日(火)	認知症は怖くない 不安に思うことはなんですか・・・?	社会福祉法人 緑成会 特別参与 野原すみれ氏
6月30日(火)	あなたの物忘れは・・・認知症? 認知症になってもきっと大丈夫!	社会福祉法人 緑成会 特別参与 野原すみれ氏
7月2日(木)	認知症予防とリスク回避	ディメンシアフロント 代表 碓田 茂氏
9月29日(火)	認知症になっても 楽しく生活しよう	社会福祉法人 緑成会 特別参与 野原すみれ氏
10月27日(火)	認知症の未来について& ミニコンサート	社会福祉法人 緑成会 特別参与 野原すみれ氏

対象：地域住民（年齢は問いません。認知症に関心のある方等）

参加費：無料

定員：50名（先着順）※定員になり次第、締め切りとさせていただきます。

お申込み：お電話または、窓口でお申し込みください。



あおぼおもちゃのひろば@たまプラザ



チャレンジタイム

発達に心配のあるお子さん、障がいを持つお子さんやご家族のための「おもちゃひろば」です。

10:00～15:00（開放してます）

☆時間内は、出入り自由です。

12:00～13:00は、お昼休み

☆昼食場所としても開放しています。

お申込み：不要

参加費：無料



《これからの予定》

5月13日(水)・6月10日(水)

7月8日(水)・7月8日(水)

9月9日(水)・10月14日(水)

11月11日(水)・12月9日(水)

平成28年

1月13日(水)・2月10日(水)

3月9日(水)

【第2水曜日】

大人の語りの会～和み語り～

語り手たちが、季節にちなんだ民話・創作・古典等を
次々と語ります。 毎回、14:30～16:00

《夏》 7月30日(水)

《秋》10月 7日(木)

《冬》 2月 3日(木)

語り手：語り手たちの会よこはま

参加費：無料 お申込み：**必要**



料理初心者のための男性料理講座

ケアプラザで料理をきっかけに仲間づくりをしませんか！

全6回(毎月1回：月曜) 10:30～13:30

① 6/15 ② 7/20 ③ 8/17 ④ 9/21

⑤ 10/19 ⑥ 11/16

講師：深江久美子氏

参加費：毎回、1,000円(材料費)

お申込み：**必要**



平成26年度

地域新社会人応援講座

～あなたの住んでいる町をもっと好きになろう～

ケアプラザ主催事業「新地域人応援講座」報告

3コースの「ウォーキングマップ」が完成！

これからも活動の幅を拡げていきます。

「たマップら」の参加者募集中です！



「まっぷさあくる たマップら」

(福祉保健活動団体)



まちの歴史や名所の解説を
聞きながらの“まちあるき”

平成26年10月～平成27年1月までの全6回の活動の中で、
まち歩きをして「活用できる地図作り」を目標に15名の参加
者が工夫を凝らした「ウォーキングマップ」を作成しました。
事業終了後、平成27年1月～「まっぷさあくる たマップら」
として、毎月1回、活動をしています。

協力医

街の小児科医からの

お知らせ

横浜市たまプラザ地域ケアプラザ協力医

青葉区医師会

ありもと ゆたか

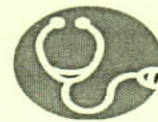
有本小児科・内科 院長

有本 寛 先生

～無理のない生活と体調管理に気をつけましょう～

〇4月からの新生活で、“疲れ”が出てくる頃です。

張り切り過ぎず、無理をせず、規則正しい生活を心がけましょう。



～予防接種について「横浜市風しん対策事業」のお知らせ～

〇麻しん風しん混合(MR)予防接種

対象者	19歳以上の妊娠を希望している女性とパートナー(横浜市民)
事業期間	平成27年4月1日～平成28年3月31日まで
費用	麻しん風しん混合ワクチン：3,300円

※詳細は、区役所にお問い合わせください。

地域包括支援センター 便り

街の身近な相談窓口 地域包括支援センターをご存知ですか？
地域ケアプラザは知っているが知らない！と、言う方もまだ多いようですが、毎月140件近い介護・認知症・健康問題などの相談支援を行っているんです。今回は、そんな 地域包括支援センターの職員紹介をします！ 街で見かけた時はお気軽に声を掛けて頂けると嬉しいです！

脳トレ・ウォーキング・ロコモ予防 高齢者の元気に暮らしのために、笑顔と力を注ぎます。今年度は新石川地区で元気塾開催を目指します。 忍耐強い人の多い青森県出身。寒さに強くエコです。

看護師
中村 雅子



主に介護保険や高齢者関連のご相談を承っております。どんな事でも気になったら包括支援センターへお気軽にご相談にいらしてください。趣味はナイトーを見ながら愚痴る事です。寒さに弱くエコじゃないです。

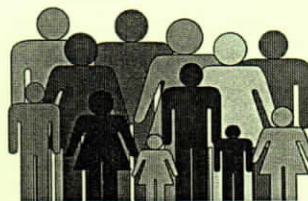
主任ケアマネジャー
長谷川 弘



高齢者のみならず、地域住民の幅広い相談をお受けし、相談に来た方には笑顔で帰って頂ける事をモットーに仕事をしています。

趣味は旅行、キャンプ、温泉などアウトドア全般ですので遊びの計画も別枠でご相談下さい！

社会福祉士
大重 好一



ケアプラザからのお知らせ

開所当初より、地域活動交流事業を担当させて頂きました横井礼子が、平成27年4月末日を持ちまして退職致します。本人よりごあいさつ申し上げます。

在職中は、地域の方々にあたたかく支えて頂きながら務めさせて頂きましたことを心より厚く感謝し、御礼申し上げます。ありがとうございました。

今後とも『横浜市たまプラザ地域ケアプラザ』を宜しくお願い致します！



お知らせ



◎休館日 毎月、第4月曜日

5月25日(月)・6月22日(月)

※9:00~17:00までは、

貸館予約・ご相談の対応を行っております。

◎おやこあそび場 開放

火・木(9:30~16:30)