

ひだまり通信

第111号 (縮小版)



横浜市美しが丘地域ケアプラザ
(社会福祉法人 緑成会)

住 所: 横浜市青葉区美しが丘4-32-7

電 話: 045-901-6665

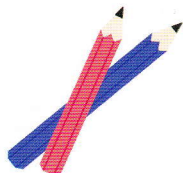
ホームページQRコード



2020 (令和) 2年 7月 1日 発行

ケアプラザで行う講座は全て事前申込になりました

アトリエ美しが丘 ぬりえクラブ



ぬり絵には脳を活性化させる効果と自律神経を整える効果があるといわれています。塗ることに集中していると自然と呼吸が整い心身がリラックス。図柄と色鉛筆もご用意していますので手ぶらでどうぞ。

定員: 各15名

7/22

(水)

8/26

(水)

時間 14:00~16:00

申込必要
参加費
100円

季節の花あそび

ハーバリウムを 作ってみませんか



ガラスの小瓶にたくさんのお花を入れ専用のオイルで美しさを封じ込めます。どなたでも気軽に楽しめます。初心者の方も大歓迎です。

7/15

(水)

定員: 15名

時間 10:30~12:00

申込必要
参加費
1500円

番外編!

坂の途中の寄り道 YouTube カフェ

美しが丘地域ケアプラザ職員出演のユーチューブカフェです。是非一度、ご覧になってください。(インターネット環境が必要です) スマホやパソコンのネット動画の見方が分からない方はケアプラザまで遠慮なくご連絡ください。

美しが丘地域ケアプラザ youtube 検索



ユーチューブの
美しが丘
ケアプラザ
チャンネルが
出来ました

7/8(水)

第3弾
公開!

ケアプラザへお越しになる皆様へ

- 必ずご自宅で検温をしてきてください。
- 発熱されている方、倦怠感や風邪症状など体調がすぐれない方は来館をお控えください。
- マスクをご持参ください。感染症予防のため館内ではマスクの着用をお願いします。

2Fの貸館ご利用の方には…

- 氏名、住所、電話番号の記入をお願いしています。
- 利用終了時に、使用したテーブルや椅子等の消毒をしていただきます。
(消毒液、ペーパー等はケアプラザで用意しております)

新型コロナウイルス感染予防への取り組みにご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

少人数制

グループウォーキング



7/20(月)

美しが丘地域ケアプラザの周辺を少人数のグループで1時間ほどかけてゆっくり歩きます。

集合場所：美しが丘地域ケアプラザ

7月10日(9:00)より募集開始で、申込み先着順です。定員は25名で参加費無料、雨天中止です。

- | | |
|-------------|---------|
| ①グループ(5人定員) | 9:15出発 |
| ②グループ(5人定員) | 9:45出発 |
| ③グループ(5人定員) | 10:15出発 |
| ④グループ(5人定員) | 10:45出発 |
| ⑤グループ(5人定員) | 11:15出発 |
- *出発の5分前にはお集まりください。



介護予防・日常生活支援総合事業

生活支援コーディネーター

はまたにとあるき

濱谷 透が訊く



沢山の手作りマスクもいただきました

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、3月よりケアプラザの事業や貸館、ボランティア活動などをお休みする事となり地域の皆様方にはご不便をお掛け致しました。こちらのコーナーでは地域でご活躍されているボランティア様をご紹介させて頂いているのですが、今回は緊張状態が続いている中、地域の方々・複数の企業様からの心温まるご支援やご寄付を頂きましたのでお礼とご紹介をさせて頂こうと思います。マスクや合羽などの物資をはじめ、お電話で温かいお言葉を掛けて下さり、当館へのご配慮を頂いております事に、心より感謝申し上げます。頂いた物資に関しては、法人内で有効に活用させて頂きたいと思います。地域の皆様からの温かいご支援、ご声援が何よりの励みとなっております。これからも全職員一丸となって、安心・安全・信頼されるような地域の保健福祉活動の拠点として努めて参りたいと思います。

高齢者は日本を救う！！



「地域包括ケアシステム」を知っていますか？
高齢者が住み慣れた地域で自分らしく生活出来る様、医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に提供されるシステム、それが「地域包括ケアシステム」なのですが、これって 実は国からのSOSなんです。
少子・高齢化に伴い、増大する社会保障費（医療費・介護給付費）を抑えないと国が破綻してしまいます。そこで これを防ぐ為のカギを握るのが「高齢者」です。
健康づくり・介護予防で健康寿命を伸ばし、今までの経験や能力を活かして生涯現役で活躍。地域とつながり、身近でちょっと助け合いが出来る関係を作り、住みやすい地域を未来に繋げる。それが出来るのはあなたです！！次回は、包括で取り組む「地域包括ケアシステム」について、ご紹介出来ればと思います。（椎木）

横浜市美しが丘地域ケアプラザ

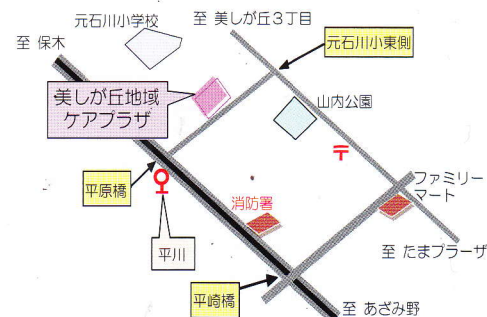
〒225-0002

横浜市青葉区美しが丘4-32-7

電話 045-901-6665

FAX 045-901-6718

E-mail: utukushigaoka-cp@midorinosato.or.jp



美しが丘地域ケアプラザ 🔍 検索

休館日のお知らせ：8/1（土）、9/5（土）