

フラフラ通信

2022年
11/15発行
62号

社会福祉法人 緑成会

横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ

〒225-8530

横浜市青葉区新石川2-1-15

たまプラーザテラス リンクプラザ4F

☎045-910-5211

ホームページ



地域活動交流事業ご案内 ☎申込受付 10時～16時 045-910-5211 青葉区内在住優先

はじめて絵手紙～心のまま楽しくかこう～

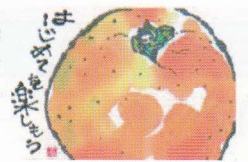
季節を感じて絵手紙をかいてみましょう

2023年 1/21(土) 10:00～11:30

申込: ☎12/21(水)10時～1/13(金)16時 抽選 定員10名程度

参加費: 700円 対象: 中学生以上一般

講師: 鈴木愛子氏(日本絵手紙協会公認講師)



こどもWS

ペンシルロケットを作ろう！



宇宙についての講義とペンシルロケット実験製作

12/24(土) 10:00～11:30

申込: ☎12/2(金)10時～12/16(金)16時 抽選 定員30名程度

参加費: 300円 対象: 小学生以上(小3以下は保護者同伴)

講師: 藤島徹氏(日本宇宙少年団横浜分団副分団長)



こどもWS

親子おこづかい教室



おこづかいについてのルールや大切なお金のことを、
親子で考えたり学んだりしましょう。おみやげにおこづかい帳付き。

2023年 1/15(日) 10:00～11:30

申込: ☎12/12(月)10時～1/6(金)16時 抽選 定員: 15組

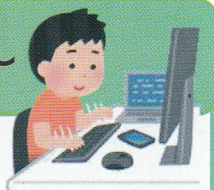
対象: 小学生以上親子 参加費: 無料

講師: 遠藤美智子氏(ファイナンシャルプランナー)



こどもWS

ロボットプログラミング～ものをはさんで運ぼう～



プログラミングをして、ロボットを動かしてみよう！

2023年 1/28(土) 10:00～11:30

申込: ☎1/5(木)10時～1/19(木)16時 抽選 定員: 12組

対象: 小3生以上(保護者見学可) 参加費: 無料

講師: 神奈川県立青少年センター科学部





地域活動・交流事業ご案内 ☎045-910-5211

☎申込受付10時～16時

ホームページ



～親子の遊び場～スマイル♡ファミリー



赤ちゃん～1歳まで
(火)10時～12時
(木)13時～15時



未就園児

1歳～3歳まで
(火)13時～15時
(木)10時～12時

入室状況やゲストや
子育て情報を発信しています
フォローしてくださいね



親子で遊んだり、交流しましょう
月齢に合わせて、おもちゃを用意しています。
ねんねなどの相談や
保育園の先生のお楽しみ企画もありますよ！

予約不要・無料

定員10組まで

週1回滞在1時間まで

スマイル♡ファミリー@たまプラーザ

年内は12/22(木)まで。年明けは1/5(木)から

日時	事業名	対象	申込☎10時～16時
12/14(水) 10:30～11:30	はじめて出会う絵本	0～1歳児親子 	☎11/18(金)～ 先着順10組
1/6(金) 2023年 10:00～11:30	あかちゃんの ねんね講座	6ヶ月～1歳半親子	☎12/9(金)～ 先着順7組
1/11(水) 10:30～11:30	おはなし会 ～わらべうたで あかちゃんと遊ぼう～	0～1歳児親子 	☎12/14(水)～ 1/4(水) 抽選10組
1/14(土) 10:00～11:30	どうようスマイル ～パパといっしょに リズムで遊ぼう～ パパ大歓迎	あんよ(1歳児)～ 未就学児親子 	☎12/15(木)～ 1/5(木) 抽選8組
1/25(水) 10:00～/11:00～	おやこでリトミック	あんよ(1歳児)～ 未就学児親子 	☎1/4(水)～ 1/18(水) 抽選各7組
2/3(金) 10:00～11:30	たまプラ ベビーマッサージ	0歳児～ ハイハイ期前親子	☎1/6(金)～ 1/27(金) 抽選7組

※定員制のため、一家族につき保護者一人とさせていただきます。申込要の場合は青葉区在住優先。



「おりがみサロン」

12月休み

「大人のぬりえ」



1/19(木)2/16(木)

1/26(木)2/23(木)

14時～16時 各回☎申込(前回開催日より) 材料費100円 どなたでも

中高生科学ボランティア募集中！子ども向けの講座での準備・補助などを行う、中高生ボランティアを募集します。
ご希望される方はお電話ください。お待ちしております。

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、貸館利用や事業のご参加については、マスク着用、ご利用前後の手洗い消毒、入館時の検温など、引き続きご理解とご協力をお願い申し上げます。
事業の詳細は、ケアプラザのホームページ、事業のチラシをご覧ください。
※感染症等の状況により、事業内容の変更や中止となる場合がございます。ご了承ください。

申込・問合せ先

横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ 電話045(910)5211

地域包括支援センターだより

★は事前のお申し込みが必要です。



045-910-5211

☎申込受付10時～16時

★介護者のつどい

11/24(木)13:30～

申込・会場:たまプラーザ地域ケアプラザ

1/26(木)13:30～

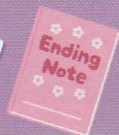
申込・会場:美しが丘地域ケアプラザ

☎ 045-901-6665

介護者の不安やつらさ「気持ち」を
お話ししてみませんか？
どなたでも参加いただけます。

★わたしノートサロン

(美しが丘地域ケアプラザ共催)



12/22(木)13:30～15:00

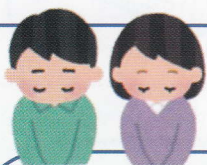
申込:たまプラーザ地域ケアプラザ

内容:高齢者施設・住まいについて

講師:甘粕 弘志 氏

高齢者施設・住まいの相談センター

気になる老後の費用について
考えてみませんか？



地域包括支援センターは**相談窓口**です。
ご相談の際は、できる限りお電話にて
ご予約をお願いいたします。

☎045-910-5221

介護保険のご相談は9時～17時です。

(美しが丘1～3・5丁目

新石川1～4丁目が、担当エリアです。)

★介護予防講座

みんなで集って、フレイル予防！！
参加費無料。

●理学療法士と学ぶロコモ予防

12/14(水)13:30～

●脳が喜ぶ

笑顔生まれるシナプソロジー

12/27(火)13:30～

●食べ物で健康長寿

2/17(金) 13:30～



★プラぶらっとカフェ

地域の方、認知症の方もご家族の
方も、どなたでも気軽にご参加く
ださい。ほっと一息。楽しい時間を
過ごしませんか？



12/23(金)1/27(金)

①13:30～②14:30～

参加費100円 各回入替制



「もしも手帳」を
配布しています

元気なうちから
“もしも”の時のことを
考え、どうして欲しいのかの
気持ちを伝えるための
手帳です。
ご希望の方は窓口
にご相談ください



ほっこりなごみサロンにいらっしゃいませんか？

ほっこりなごみサロンは、新石川スポーツ会館で行われている小さなサロンです。囲碁や将棋、ボードゲームなどのほか、体育室でボッチャやペタンクもできるため、参加者さんはその日の気分でやることを決め、それぞれが思い思いに楽しめます。おひとりで参加されても、ボランティアさんがいらっしゃるので安心です。

たまプラーザ駅からは少し歩きますが、お散歩ついでに遊びにいらしてください。

場 所：新石川スポーツ会館 ミーティングルーム

日 時：毎月第4火曜日（12月はお休みです）

13:30～15:00

参加費：100円（お茶とお菓子付き）

お問い合わせは 生活支援コーディネーター今田まで



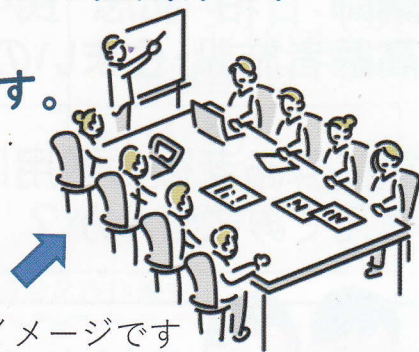
コラム

地域ケアプラザの管理・運営について①

地域ケアプラザのことを皆さんにより知っていただくために、今回は「**地域ケアプラザ運営協議会**」についてご紹介します。

そもそも運営協議会とは、ケアプラザの運営に地域のニーズや意向を反映するため、地域の福祉・保健・医療関係者、住民組織、利用団体の代表者及び行政機関等によって構成された組織体で、委員を担っていただいている皆様にケアプラザの運営状況や運営上の課題を定期的に報告しています。

また、委員の皆様からのご意見や情報を伺う貴重な機会にもなっているため、ケアプラザが地域住民の皆様と共に運営していることを実感できる場にもなっています。（つづく）



こんなイメージです

横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ

（社会福祉法人 緑成会）

〒225-8530 横浜市青葉区新石川二丁目1-15
たまプラーザテラス リンクプラザ4階

■電話 045-910-5211

■FAX 045-910-5231

■HP <http://ryokuseikai-yokohama.jp/>

たまプラーザ駅直結、リンクプラザの4階です。
（銀行の左横にあるエレベーターをご利用ください）



介護保険のご相談：9時～17時
イベント事業申込：10時～16時
貸館申込：9時～16時

◎休館日 毎月第4月曜日 年末年始
11/28(月) 12/29(木)～1/3(水)
休館日は相談や貸館事業申込はできません。

次号は1/15発行予定です