

フラフラ通信

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

2023年

1/15発行

63号



〒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

あおばおもちゃのひろば@たまプラーザ 協力:あおばおもちゃのひろば

ひろば開催:2/11(土) 10:00～15:00(休憩12:30～13:30)

親子で良質なおもちゃで自由に遊べます

定員10組程度 予約不要(先着順)・無料・0歳～未就学児



おもちゃ製作～こどものおもちゃを作ってみよう～

ひろばでこどもを遊ばせながら、パパママはこどもの大好きなおもちゃを作ります

①10:00～11:00 ②11:30～12:30 ③13:30～14:30

①②③とも定員5組 材料費 300円 ①②障がいのあるお子さんご家族優先

申込:☎1/16(月)10時～先着順

こどもに人気の
かわいいおもちゃです



國學院大学教材研究サークル「たんぽぽ」による冬のおやこのおはなし会

國學院大学学生さん達による手作り絵本やペープサードなど展開します。

学生さん達と交流したり、親子で楽しい時間を過ごしましょう

2/17(金) 10:30～11:30

申込:☎1/24(火)10時～2/10(金)16時 抽選

対象:0～1歳児 参加費:無料

定員:11組



多世代交流

たまプラーザ探訪～あざみ野まちめぐり～



ケアプラザで講義を受講した後、名所旧跡を訪れます。

街を知り街を歩き、春の訪れを楽しみましょう。

3/11(土)10:00～11:30(現地解散)

申込:☎2/14(火)10時～先着順

参加費:無料

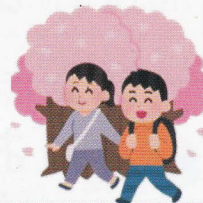
定員:30名程度

対象:どなたでも

家族参加可 未就学児同伴可

講師:タウンガイド青葉

※↑天候不良の時は、室内講義の予定。



小学生

空力翼艇(くうりきよくてい)を飛ばそう

発泡スチロールと厚紙で「空力翼艇」を作って飛ばしてみよう!

飛行機の翼のカタチを理解して科学の面白さ、楽しさを体験するワークショップ。

3/25(土) 10:00～11:30

★講義と空力翼艇実験製作★

申込:☎3/3(金)10時～3/16(木)16時

抽選 定員17組

参加費:300円 対象:小学生以上(3年以下は保護者同伴)

講師:藤島徹氏(日本宇宙少年団横浜分団)





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

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。



未就園児

1歳～3歳まで
(火)13時～15時
(木)10時～12時

親子の笑顔大切にしています

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



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

プレパパママも気軽にお越しください
お待ちしております



日時	事業名	対象	申込☎10時～16時
2/15(水) 10:30～11:30	二人目ママのTalkサロン	二人目以上子育て中の親子	☎1/18(水)～ 先着順7組
2/22(水) 10:00～/11:00～	おやこでリトミック 	あんよ(1歳児以上)～ 未就学園親子	☎2/1(水)～ 2/15(水) 抽選7組ずつ
3/1(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 	☎2/8(水)～ 2/22(水) 抽選10組
3/3(金) 10:30～11:30	はじめて出会う絵本 	0～1歳児親子	☎2/3(金)～ 先着順10組
3/10(金) 10:00～11:30	あかちゃんのねんね講座	6ヶ月～1歳半親子 	☎2/10(金)～ 先着順8組
3/22(水) 10:00～/11:00～	おやこでリトミック 	あんよ(1歳児以上)～ 未就園児親子	☎3/1(水)～ 3/15(水) 抽選7組ずつ



「おりがみサロン」

2/16(木)3/16(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

「大人のぬりえ」

2/23(木)3/23(木)



中高生ボランティア募集中！ ケアプラザ主催事業の準備・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 受付受付10時～16時

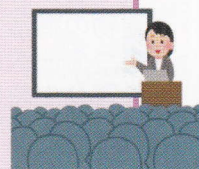
地域包括支援センター

たまプラーザ地域包括支援センターでは、「たまプラ出前講座」と称した出張講座を実施しております。講座の開催時間は30～60分を予定しておりますが、内容や人数、日程、時間等に関しては、ご希望に沿えるように対応いたします。

【メニュー例】

『地域包括支援センターって？』『知って安心介護保険』『認知症を予防しよう』『ロコモ予防』『フレイル予防の栄養講座』『成年後見制度』 などなど

お気軽にお声かけください。



フレイル予防！！

フレイルとは、体と心の機能が低下し、将来介護が必要になる危険性が高くなっている状態

運動・口腔・栄養・社会参加の4本柱でフレイル予防を！！



★健康は口から 口から健康長寿

2/17(金)13:30～14:30

参加費無料

会場：たまプラーザ地域ケアプラザ
多目的ホール

対象：おおむね65歳以上の方（要申込）

講師：関東学院大学 栄養学部管理栄養学科教授
管理栄養士 田中弥生 先生

体は、食べ物でできています。フレイル予防は、
栄養から始めましょう！！

たまプラ出前講座

高齢者の住まい・費用について(予定)

2/22(水)13:00～15:00

参加費無料 出入り自由

会 場：ドレッセWISEたまプラーザ1F

CO-NIWAたまプラーザ内コミュニティ・コア

お気軽にお立ち寄りください

★わたしノートサロン

(定員15名)

3/15(水)13:30～15:00

参加費無料

申込会場：045-910-6665

美しが丘地域ケアプラザ

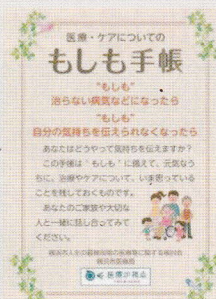
内容：葬儀・お墓について

講師：安宅 秀中氏

公益社 一級葬祭ディレクター



もしも手帳を配布してます



元気なうちから『もしも』の時のことを考え、治療やケアについて、あなたが『どうして欲しいか』の気持ちを伝えるための『もしも手帳』を配布しております。

ご希望の方は、窓口にてお申込みください。



2022年度 利用者アンケートでいただいたみなさまからの声をご紹介します

窓口をご利用の方（相談）

「困っている時に とても親身になって対応していただき とても感謝しています」
「こちらの思いをくみとって、いろいろなアドバイスをしてくださった」
「3年前にご相談した対応職員の方に またお世話になれたので 話もよくわかって 頂いており助かります」

ケアプラザ事業に参加された方

「子どももスタッフさんにとついてもなついています」
「おかげ様でいまは生活の”ハリ”（楽しみ）になっています」
「また元のような日々がもどって 歌の会もできると良いですね」
「お父さんと参加できるイベントを土曜にして 頂けると嬉しいです」

ケアプラザのお部屋をご利用の団体

「笑顔で対応してくださるのでこちらの心も笑顔になります」
「建物の構造が安全につくられているので安心です」
「いつも快適につかわせてもらっています」
「災害発生時の安全対策と共に救命措置等の対策にも期待しております」

居宅介護支援をご利用の方

「とても丁寧な対応をしてくれます」
「相手の立場に立った説明であり信頼がもてる」
「デイサービスの曜日の変更を事業者と調整していただきました」
「聞きたい事がある場合 地域ケアプラザさんがあって助かってます」

みなさまからのあたたかいお声をいただき ありがとうございます
これからも 安全 安心 快適な施設運営をめざしてまいります



コラム

地域ケアプラザの管理・運営について②

前号に引き続き、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「**公正・中立性の確保**」についてのお話です。

地域ケアプラザは公的機関として、地域住民、地域団体及び事業者等に対して公正・中立な立場で業務にあたっています。

特に地域包括支援センター等で「介護保険サービス事業所の選択」に係る相談を受けた場合は、以下の点に注意しています。

- ・相談者の意志を尊重すること
- ・原則として、事業所の一覧を提示する等、複数の選択肢があることを相談者が知る機会を設けること

サービス事業所を
探しているの
ですが、...



幾つかの
事業所を
ご案内
しますね

横浜市たまプラザ地域ケアプラザ

（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）



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
1/23 2/27 12/29(金)～1/3(水)

介護保険のご相談: 9時～17時

休館日は相談や貸館事業申込はできません。

次号は3/15発行予定です