

ひだまり通信

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

第 132 号



ホームページQRコード



2023 (令和5) 年 12月 1日 発行

キャンドルアート展を開催いたしました たくさんのご来場・ご協力ありがとうございました

9月24日に第2回キャンドルアート展が開催されました。当日は穏やかな晴天に恵まれ、112名の方にお越し頂く事が出来ました。

10時にオープニングセレモニーが行われ、当ケアプラザⅡ団体のLuceさんのファンファーレがセレモニーを盛り上げて下さいました。

9月は全世界アルツハイマー月間。「認知症になっても暮らしやすいまち」は、「誰にとっても暮らしやすいまち」。

このイベントにできるだけ多くの方に関わって頂きつながっていただくことで、認知症の方やそのご家族が暮らしやすい地域に…そのようになれるよう願いを込めて作られた牛乳パックのキャンドルホルダーは500個程集まり、美しい灯りをともすことができました。

これもひとえに今回ご協力頂いた自治会の皆様、地域の皆様、当ケアプラザの団体の皆様の支えがあったからこそと心より感謝申し上げます。本当にありがとうございました。

このまちに暮らす人たちの「こころのともしび」が光の数珠玉のようにつながっていきますように願いを込めて。

今後とも美しが丘地域ケアプラザをどうぞよろしく願いいたします。

◇協力自治会◇

美しが丘4丁目北自治会 美しが丘4丁目南自治会
美しが丘西保木自治会 荏子田自治会 すずき野北自治会
元石川愛郷自治会 元石川平川自治会 五十音順

◇キャンドルホルダー作成にご協力いただいた施設・団体◇

雅デイサービス 特別養護老人ホーム たまプラザ倶楽部 介護老人保健施設 青葉の丘 生活介護 桃の実 美しが丘西地区センター
放課後等デイサービス てらこや 美しが丘地域ケアプラザ デイサービス
結びの会 美しが丘ドレミランド マンマ・アルモニコ キッズ体操かえで チェリー
山内西地区保健活動推進員 ずこうの会 ハンドB プラスワン令和会 アンカース
フラワーアレンジメントはな夢 リコーダーアンサンブル森の風 (順不同・敬称略) その他個人の皆様

番外編♪

美しが丘4丁目南自治会作品展 × 美しが丘地域ケアプラザ



美しが丘4丁目南自治会とコラボして、キャンドルアート展で展示していたお城や皆様の作品を1か月間、美しが丘四郵便局に展示させていただきました。
美しが丘4丁目南自治会・美しが丘四郵便局の皆様ありがとうございました。



美しが丘4丁目南自治会 油谷副会長 古谷会長
美しが丘四郵便局 小池局長

新 春

木の葉書写の会
書初めの会

冬休みの宿題をケアプラザで!

1月4日は書初めの日として開放します。
子ども・学生の参加OK。
出入り自由・無料です。

1/4
(木)

13:30～15:00

申込不要
定員20名
参加無料



木の葉書写の会

木の葉書写の会に講師はいません。
心静かに、墨の香りを楽しみながら
自由に筆を持ってみませんか。

写経・お習字、お書きになる
ものは自由です。筆、墨など
お道具はこちらで用意しています。

2/1
(木)

申込必要
定員20名
参加費100円

13:30～15:00

うたのひろば

うた： 渡辺 智子 先生 ピアノ： 半澤 尚美 先生

季節を感じるうたや懐かしいうたを一緒に歌う会で、どなたでもご参加いただけます。
両日とも曲目は同じですので、どちらかご都合の良い日でお申込みください。

1/22
(月)

13:30～15:00

応募多数の場合は抽選となります。
当選した方のみご連絡致します。
申込期間:12/1(金)～1/10(水)

1/29
(月)

申込必要 参加無料 定員各25名

季節のアロマセラピー



写真はイメージです

風邪・花粉症対策
マスクスプレー
&
バーム

風邪、花粉症の季節、抗菌作用のある自然素材の精油を使ってマスクスプレーとバームを作ってみませんか。

1/26
(金)

10:30～
11:30

申込必要
定員7名
参加費700円

講師：内島 早栄子 先生
AEAJ (日本アロマ環境協会)
認定インストラクター

フラワーアレンジメント
季節の花あそび



写真はイメージです

ミモザのスワッグ
づくり

春らしい可憐なミモザでスワッグを作ります。作成後はそのままドライフラワーになります。

申込必要
定員10名
参加費2000円

2/16
(金)

10:30～12:00

講師：NPO法人 フラワークラブなな夢

編み物ボランティア講座

認知症ケアで使われる筒状のニット
「手を入れると落ち着く」と言われる
『認知症マフ』。

横浜総合病院の講師の方からマフについてと
活用方法、またボランティアの方から作り方を
教わります。

1/18

(木)

13:30～15:00



申込必要
定員20名
参加無料

ほっと
歩っ徒！寄り道！

ハマトレ部

～週1回5分のお気軽体操～

毎週木曜10時集合

会場：美しが丘地域ケアプラザ玄関ホール
(別名：つながりステーション)

申込み不要

参加無料

介護者のつどい

ひとりで胸にしまいがちな
介護の悩みを、同じ境遇のかた
どうして共有する場です。
少人数の会ですので
気軽にお越しください。

ご注意ください

会場
たまプラーザ
地域ケアプラザ

申込必要
参加無料

1/25

(木)

13:30～15:00

毎月第2水曜日

認知症カフェ

坂の途中の寄り道 カフェ

1/10 (水) ・ 2/14 (水)

13:30～15:00

小澤クリニック

小澤進先生のお話

&

お楽しみ講座

レクリエーション



茶話会

申込不要

お茶お菓子代
200円

～みんな元気で 健康あるき～

月一ウォーキング

約2時間かけて、季節の移り変わりを感じながら
近隣エリアをゆっくり楽しく歩きます。

1/5

(金)

10:00

集合

2/2

(金)

集合場所
たまプラーザ
地域ケアプラザ

水分は必ずお持ち
ください。
雨天中止です。

集合場所
美しが丘
地域ケアプラザ

申込不要 定員なし 参加無料

わたしノート講座

「みんなが知りたい
認知症のこと」

講師：上原 雅子 看護師

2/29
(木)

13:30

15:00

申込必要
定員20名
参加無料

【福祉・保健に関するご相談】 (地域包括支援センター)

相談専用電話：045-901-6714

受付時間：月曜日～土曜日 午前9時から午後6時まで ※第一土曜日の休館日を除く
日曜日・祝日 午前9時から午後5時まで

- ・受付時間外の時間帯、相談電話は外部委託先に転送し対応します。
- ・来所でのご相談は、あらかじめ電話等で連絡のうえお越しください。

子育て開催事業



New

R6.1・2月予定事業

- ♪保育士といっしょにキッズ体操
- ♪AOBAおやこリトミック
- ♪絵本の読み聞かせ
- ♪マタニティピラティス
- ♪赤ちゃんのぐっすりねんね講座

開催事業は
ホームページに詳しく掲載しております

申込必要: Googleフォーム
定員各10組程度
参加無料



詳しいチラシはHPまで

ふくろうの会 活動のお知らせ



会場: 美しが丘地域ケアプラザ

お楽しみ会 新春落語会

- | | |
|------------------|--------|
| 落語「宮戸川(上)」 | 山楽亭歩好 |
| 落語「だくだく」 | 浮世亭寿八 |
| 俗曲・端唄 | 三原橋ぼん太 |
| 講談 | |
| 紀伊国屋文左衛門「南風のつきり」 | ささ乃天山 |

出演者・内容に変更がある場合がございます

出演: 楽笑友の会

1/8
(月)

13:30~

申込必要
定員25名
参加無料

ほっこりんこ

青葉区の「子育て支援者」が会場を運営しています。
9月より時間が変更となりました。
ご相談がなくても気軽に遊びに来てください。

9:30~
11:30

申込不要
出入自由
参加無料

毎週
月曜日

祝日はお休み

健康相談室

美しが丘地域ケアプラザ 協力医
小澤クリニック 小澤進 先生

「いつもと違うインフルエンザの流行」

皆さんが知っているインフルエンザの流行時期は、年末から春にかけてだと思えます。しかし、今年は夏ごろより流行が目立ち始め、10月には完全に流行期に入っています。過去3年間は記録的に流行がなかったですが、これから本格的な流行の季節を迎えて、今までにない流行になる危険性があります。横浜市では65歳以上の方は2,300円、条件により免除される方もいます。12月31日までが補助の対象期間になりますので、今年は早めの接種が進められます。

休館日のお知らせ
12/29(金)~1/3(水)
1/6(土)
2/3(土)

※休館日は事業申込、貸館申込はできません

※各種講座での写真撮影・録音はできません
※各種講座に参加される際の駐車場のご用意は
ございませんので、ご了承ください

