

10月ケアプラザ活動カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1 子育て支援者の 子育て相談 9:30～11:30	2 フリースペース あおぞら 13:30～20:00 医療相談会 13:30～14:30	3 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00	4
5	6	7	8 子育て支援者の 子育て相談 9:30～11:30	9 うたごえサロン 14:30～15:30 フリースペース あおぞら 13:30～20:00	10 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00	11 オカーバックスカフェ 14:00～15:30
12 パパとキッズの なかよしクッキング 10:00～12:00	13	14 休館日	15 子育て支援者の 子育て相談 9:30～11:30	16 フリースペース あおぞら 13:30～20:00 はつらつ健康倶楽部 13:30～15:00	17 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00	18
19	20 パン販売 11:15～12:15 子育てサロンわかば 10:00～11:30	21	22 子育て支援者の 子育て相談 9:30～11:30	23 フリースペース あおぞら 13:30～20:00	24 ほっとカフェ ひまわり 10:30～11:30	25 スマホお助け 相談室 15:30～17:00
26 	27	28	29 子育て支援者の 子育て相談 9:30～11:30	30 フリースペース あおぞら 13:30～20:00	31 ハロウィンイベント 10:30～11:30 	
ケアプラザ事業のみ掲載 桃：地域活動交流事業 橙：生活支援体制整備事業 緑：地域包括支援センター事業						

スマホお助け相談室

スマートフォンの困りごとを気軽にご相談いただけます

- 【開催日】毎月第4土曜日（祝日はお休み）
15時30分～17時
- ※参加者の人数によっては2部制になることがあります
- 【場 所】地域ケアルーム・ボランティアルーム
- 【対 象】地域にお住まいの高齢者
- ※ボランティアさんが教える為、内容は基本操作のみになります
- 【参加費】無料
- 【持ち物】ご自分のスマートフォン、水分補給出来る物
- 【申込み】1週間前までに電話またはQRコードにてお申込みください



ケアプラザまでの交通案内

弥生台駅より徒歩20分
「領家谷」バス停より徒歩3分
「金堀谷」バス停より徒歩3分
「白百合台団地」バス停より徒歩6分

地域ケアプラザは駐車場の台数が少ないため、公共交通機関、自転車、徒歩によるご来所をお願いしております。お身体が不自由な方は、車いす用駐車スペースを用意しておりますので、ご利用ください。



ケアプラザ開館時間

月曜日～土曜日
午前9時～午後9時
日曜日・祝日
午前9時～午後5時
※地域包括支援センター相談業務
午前9時～午後5時
休館日：第2月曜日
（祝日の場合は翌火曜日）
XはこちらのQRよりご利用いただけます @Okatsu_CP



岡津地域ケアプラザ ケアプラザ通信10月号 第67号 令和7年9月26日発行

社会福祉法人 誠幸会
横浜市岡津地域ケアプラザ
横浜市泉区岡津町1228番地3
TEL 812-0685 FAX 812-0802
✉ okatsu-cp@i-seikoukai.or.jp
HP https://i-seikoukai.or.jp/
発行責任者 所長 出羽 美香



子育てサロンわかば



※10月から再開します！

お友達づくりやママのリフレッシュに！パパの参加也大歓迎！

【開催日】毎月第3月曜日
10時～11時30分

【場 所】多目的ホール

【対 象】未就学児の親子

【参加費】1組100円

【持ち物】飲み物等お子さんとママに必要なもの

【内 容】10時～10時30分 フリースペース
10時30分～11時30分 ヨガタイム

リンパマッサージやお家でも簡単にできるセルフメンテナンスも取り入れながら無理なく自分自身の身体に聞きながらヨガを行います

【講 師】優子先生

（全米ヨガアライアンスRYT終了）

【申込み】開催の3日前までに電話またはQRコードにてお申込みください



みんな集まれ

ハロウィンシールラリー

主催 中川地区子育て応援キャラバン隊

【開催日】10月31日(金)
10時30分～11時30分

【対 象】未就学児の親子、家族
ベビーカーで参加できます

【定 員】20組

【参加費】無料

【内 容】西が岡公園（中川地区センター前）から途中5カ所の公園をめぐりながら岡津地域ケアプラザまでをみんなで歩きます
中継所の公園でハロウィンシールを集めて台紙を完成させよう！
お菓子もあるよ！
※集合 10時30分
西が岡公園（中川地区センター前）
※雨天の場合は岡津地域ケアプラザで室内イベントを行います
当日の朝8時30分に岡津地域ケアプラザのXにてお知らせします

【申込み】10月1日(水)～前日まで
電話またはQRコードにてお申込みください
定員になり次第受付終了

【問い合わせ先】岡津地域ケアプラザ
812-0685



ベビーマッサージ

マッサージオイルを使って全身のマッサージを行います。マッサージのあとは、フリータイムで参加者同士の交流や個別の育児相談等を行います。

【開催日】12月13日(土)
10時30分～11時30分

【場 所】多目的ホール

【対 象】3歳くらいまでの親子またはご家族

【定 員】10組

【参加費】1組100円

【講 師】村木 雄一氏

（日本アタッチメント育児協会
ベビーマッサージインストラクター）

【持ち物】バスタオル（2枚）

おねしょシートまたは小さめのレジャーシート
（マッサージの時に下に敷きます）

オムツなど各自必要なもの

【申込み】12月6日（土）までに 電話またはQRコードにてお申込みください（先着順）



QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

お申込み・お問い合わせは岡津地域ケアプラザまで ☎ 812-0685

フリースペースあおぞら

ケアプラザのお部屋を開放しています。
中高生の自習スペースとしてもご利用できます。
ぜひご利用ください！

【開催日】 毎週木曜日 13時30分～20時

*祝日は17時まで

【場 所】 ボランティアルーム 地域ケアルーム

【対 象】 小学生以上の学生、大人も利用可

☆小学生は原則17時まで、それ以降

利用する場合は事前にご相談ください。

参加費無料、事前申込み不要、時間内出入自由

☆学習支援を希望される方は事前にお申し出ください

例えばフリースペースでこんなことができます！
・宿題 ・勉強 ・読書 ・手芸 ・お絵描き
・インターネット ・何もせずぼんやりと

※ケアプラザでは貸出しがありません。必要な物は各自お持ちください。

*Wi-Fiが使用できます。（当日申請必要）



親子のひろばひまわり



お子様と気軽にのびのび遊べる場、親子の交流の場
としてケアプラザのお部屋を開放しています

【開催日】 毎月第1・2・3・5金曜日

9時30分～14時

【場 所】 多目的ホール

（第3金曜日 ボランティアルーム 地域ケアルーム）

【参加費】 無料 【申込み】 不要

第2金曜日は10時～11時の間、民生委員さんが
お子さんの見守り、お母さんの話し相手として入り
ます。10時30分～絵本の読み聞かせがあります

※授乳室があります

※10月31日（金）はハロウィンイベントの為、
通常の親子のひろばひまわりはお休みとなります

協力 中川地区社会福祉協議会子育て応援キャラバン隊

生活支援体制整備事業

～サロン紹介 リビング新町～

今回は私がお邪魔した岡津新町のリビング新町を紹介いたします。今年度4月よりリビング新町は地域のたまり場
として立ち上がった会です。「リビング新町」は誰もが気軽に集まり、趣味や会話を通じて楽しい時間を過ごせる
居心地のよい空間でした「オペラ独唱会」「トランプゲーム」などのイベントやお茶を飲みながら近況を語り合っ
たり、みんなで作品を作ったり、（塗り絵や手芸等）新しい出会いにふれる場所です。

【活動日】 毎月第4金曜日 【場所】 岡津新町町内会館 【参加費】 100円 【対象】 岡津新町町内会にお住まいの方

参加希望等ございましたら、岡津地域ケアプラザ生活支援コーディネーター 中尾までご連絡ください。

うたごえサロン

懐かしい歌をピアノの伴奏に合わせて合唱

【開催日】 毎月第2木曜日

14時30分～15時30分

【場 所】 多目的ホール

【対 象】 どなたでも

【参加費】 無料

【持ち物】 飲み物、室内履き

【定 員】 50名 毎月の申込制になります

【申込み】 前月20日～先着順

開催日の前日までに電話または

QRコードにてお申込みください

①受付票を記入して持参

20日の10時30分～窓口にて受付

②QRコードでの申込み

20日の10時30分～QRコードにて受付

③電話での申込み

20日の14時～電話にて受付



ほっとカフェひまわり

子育て中の親子・家族で気軽に参加できるカフェです

【開催日】 毎月第4金曜日10時30分～11時30分

【場 所】 多目的ホール

【対 象】 未就園児の親子・家族

【参加費】 50円（飲み物代）

【申込み】 不要 直接お越しください

ママやパパがお茶を飲みながらおしゃべりしたり
ゆっくりとした時間を過ごせます。キャラバン隊が
お子さんと一緒に遊んで見守ります。

◇10時45分から11時は とくときタイム。

子育て中に知って得するミニ講座など、

ちょこっと情報をお伝えします！

共催 中川地区社会福祉協議会子育て応援キャラバン隊
岡津地域ケアプラザ



地域包括支援センターからのお知らせ

オカーバックスカフェ

～認知症カフェ～

【開催日】 10月11日（土）
14時～15時30分

認知症の方やその家族、地域住民、医療や福祉の専門職など誰でも気軽に集まれる場所として定期開催
しています。

偶数月（隔月）第2土曜日

今後の予定 12月13日（土）

【場 所】 多目的ホール

【参加費】 100円

（お飲み物とお菓子）



R7年度認知症講座

知って、納得！認知症

～認知症サポーター養成講座～

誰でもなるかもしれない認知症について
どの世代でも分かりやすくお伝えします。

【開催日】 10月20日（月）

【内容】 認知症の病気や対応の仕方について

【講師】 協力医 池島先生 他

【時 間】 14時～15時30分

【場 所】 多目的ホール

【定 員】 30名

【参加費】 無料

【申込み】 窓口や電話にて申し込み下さい



地域包括支援センターへのご相談は、なるべく事前にお電話にてご予約をお願いいたします。
予約なしでの来所の場合、対応できる職員がいがない場合がございます。その際には後ほど
ご連絡いたしますのでご了承ください。

居宅介護支援事業

～着任しました～

ケアマネジャー 大野 亨

初めまして大野 亨（とおる）と申します。9/1より岡津地域ケアプラザ居宅介護支援に配属になりました。以前は大和市や鎌倉市の地域包括支援センターで
勤めていました。趣味は日帰り温泉巡りや、パソコンです。ケアマネジャーは
初めての経験ですが精一杯頑張りたいと思いますので、どうぞよろしくお願い
します。近隣で見かけた際はぜひお声がけください。



パート職員募集 ケアプラザと一緒に働きませんか

職 種：地域活動交流 夜間サブコーディネーター

学 歴：高卒以上

勤務時間：17時～21時 *月1回程度 12時～21時の勤務あり

週3日勤務 土・日・祝日含むシフト制

試用期間：入職後3ヶ月間 ※条件は本採用と変更なし

時 給：1,225円

募集人数：若干名

業務内容：

①館内及び敷地内の清掃 ②夜間の貸館対応

③自主事業の運営 ④事務作業（PC入力あり）

*パソコン（excel.word等）基本スキル必須

お問合せ：岡津地域ケアプラザ 担当 出羽

お申込み・お問い合わせは岡津地域ケアプラザまで ☎ 812-0685