

6月ケアプラザ活動カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1 ケアプラザ祭り 9:30~13:00	2	3	4 子育て支援者の 子育て相談 9:30~11:30	5 フリースペース あおぞら 13:30~20:00 医療相談会 13:30~14:30	6 親子のひろば ひまわり 9:30~14:00	7
8	9 休館日	10 健康測定会 10:00~15:30	11 子育て支援者の 子育て相談 9:30~11:30	12 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	13 親子のひろば ひまわり 9:30~14:00	14 オカーバックスカフェ 14:00~15:30
15	16 パン販売 11:15~12:15 子育てサロン わかば 10:00~11:30	17	18 子育て支援者の 子育て相談 9:30~11:30 終活セミナー 14:00~15:30	19 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	20 親子のひろば ひまわり 9:30~14:00	21
22	23	24	25 子育て支援者の 子育て相談 9:30~11:30	26 フリースペース あおぞら 13:30~20:00	27 ほっとカフェ ひまわり 10:30~11:30	28 スマホお助け 相談室 15:30~17:00
29	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				

七夕のお楽しみ会

【開催日】7月6日(日) 10時~11時 【場所】多目的ホール 【対象】未就学児の親子
 【定員】20組 【参加費】お子さん一人につき100円
 【内容】簡単な七夕の工作・人形劇・手遊び・絵本読み聞かせ等(内容が変更になる場合があります)
 【申込み】6月2日(月)~前日までに電話またはQRコードにてお申込みください
 先着順、定員になり次第終了

主催 中川地区社会福祉協議会 子育て応援キャラバン隊 協力 岡津地域ケアプラザ
 第4期中川地区地域福祉保健計画「子育て支援体制づくりの構築」の取り組みとして実施しています



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 *自主事業と貸館予約がない
 午前9時~午後9時 場合は午後6時閉館
 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6月号 第63号 令和7年5月23日発行



ほっとカフェひまわり 乳幼児救急教室



協力 泉消防署岡津出張所

心肺蘇生法やAEDの使い方について体験していただくほか、誤飲・気道閉塞・火傷など、乳幼児に起こりうる事故やケガについての対処方法について学んでいただきます。

【開催日】7月25日(金)
 10時30分~11時30分

【場所】多目的ホール

【対象】乳幼児のいる保護者
 (お子さんと一緒にご参加いただけます)
 子育て支援をされている方

【定員】20名

【参加費】無料

【申込み】5月23日(金)~7月18日(金)
 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)



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

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



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

【定員】12組 パパも参加出来ます

【参加費】1組100円

【持ち物】飲み物等お子さんに必要なもの

【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

ママがヨガをしている間は、同室でボランティアさんと職員でお子さんの見守りをします

【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



※7月・8月・9月はお休みとなります



ベビーマッサージ ~ベビーマッサージとタッピングタッチ体験~

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。パパ・ママ・お子さんもみんなで行います。

【開催日】7月12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】7月5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

スマホお助け相談室



【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
お申込みください



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）



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
いっしょに遊んで見守ります。

◇10時45分から11時は とくとくタイム。
子育て中に知って得するミニ講座など、チョコッと情報をお
伝えます！6月27日（金）は「乳房の健康チェック」

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

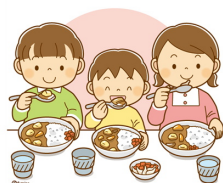


夏休みこども食堂（仮称）を開催します！

長期休暇中の食の支援と居場所の支援として
お昼ご飯の提供とワークショップを開催します

【開催日】8月6日（水）
12時～15時
【場所】多目的ホール
【対象】小中学生（こどものみ）
【定員】70名
【参加費】100円
申込制となります。詳細につきましては7月号で
ご案内します

共催 中川地区社会福祉協議会・岡津地域ケアプラザ



親子のひろばひまわり

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
ボランティアルーム 地域ケアルーム
【対 象】未就園児の親子

【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
協力 中川地区社会福祉協議会子育て応援キャラバン隊



★8月・9月の水遊びの予定



8月1日・8日・15日・29日・9月5日は
2階テラスで水遊びが出来ます。（雨天は中止）
バスタオル・帽子・サンダル等必要なものを
ご持参ください。

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



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】 6月14日（土）
14時～15時30分
14時30分からウクレレの演奏があります。

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 8月9日（土）

【場 所】多目的ホール
【参加費】100円
（お飲み物とお菓子）



つどい☺カフェ

～介護者のつどい～

気になる事についてお話してみませんか？
少人数で開催しています。

【開催日】7月28日（月）
14時～15時

【申込み】不要 【参加費】無料
【場所】ボランティアルーム 地域ケアルーム



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。

生活支援体制整備事業

地域のイベントや活動、集いの場に訪問させて頂いて、地域の皆様にとって身近なケアプラザ職員に
なれるよう日々業務に取り組んでおります。地域サロンやシニアクラブでの集まり等には出来る限り
伺わせて頂き、地域の皆さんともっと繋がり、お役に立てるようになりたいと考えております。
生活支援コーディネーターとして地域の方々が自分で出来る事を大切にしながら、住み慣れた町で
いきいきと生活ができる地域作りを皆さんと一緒に考えて行きたいと思います
『いつまでも地域の中で役割がある』そんな生きがいをづくりを応援します。
地域の活動やちょっとした困り事など教えてください！ 生活支援コーディネーター 中尾

居宅介護支援事業

高齢者の住まい紹介 ～第1弾～

特別養護老人ホーム、老人保健施設、介護付き有料老人ホームなど住まい・施設サービスには様々な
種類・特色があります。今回は、特別養護老人ホームについてご紹介いたします。

特別養護老人ホームについて

特別養護老人ホームとは原則要介護3以上で寝たきりや認知症など常時介護が必要で在宅で生活するこ
とが困難な高齢者の為の入所施設です。入浴や排泄、食事の介護等、日常生活のお世話、機能訓練、
健康管理および療養上のお世話を行う施設です。申し込みは「入所申し込み受付センター」で一括して
受け付けます。申込書は区役所や地域ケアプラザにて配布しています。

利用料につきましては要介護度別の介護保険自己負担分+食費・部屋代・日常生活費です。

待機者がいる施設も多く入所まで時間がかかることがあります。詳しく知りたい、相談したいことが
ございましたらケアマネジャーまでご相談ください。

R7年度 終活セミナー

今年のテーマはエンディングノート！

エンディングノートを書くために
知っておきたい事をお伝えします



終活のすゝめ

第2回 6月18日（水）
【内容】相続・自筆証書遺言について
【講師】横浜地方法律局



第3回 7月16日（水）
【内容】葬儀の話やもしも手帳について
【講師】株式会社 くらしの友 他
各回共通

【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



お申込み・お問い合わせは岡津地域ケアプラザまで ☎ 812-0685