

## 7月 ケアプラザ活動カレンダー

\*新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては中止や延期になる場合があります

| 日                                                        | 月                                                          | 火                              | 水                                             | 木                                   | 金                                                                      | 土                                                                                   |
|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                          |                                                            |                                | 1                                             | 2                                   | 3<br>親子のひろば<br>ひまわり<br>①9:30～10:15<br>②10:30～11:15                     | 4                                                                                   |
| 5                                                        | 6<br>それいゆ<br>13:00～14:30<br>フリースペース<br>あおぞら<br>18:00～20:30 | 7                              | 8                                             | 9<br>フリースペース<br>あおぞら<br>18:00～20:30 | 10<br>医療相談会<br>14:00～<br>親子のひろば<br>ひまわり<br>①9:30～10:15<br>②10:30～11:15 | 11                                                                                  |
| 12                                                       | 13<br>休館日                                                  | 14<br>いきいき健康クラブ<br>10:00～11:00 | 15<br>介護個別相談会<br>①13:00～14:00<br>②15:00～16:00 | 16                                  | 17<br>親子のひろば<br>ひまわり<br>①9:30～10:15<br>②10:30～11:15                    | 18                                                                                  |
| 19                                                       | 20<br>フリースペース<br>あおぞら<br>18:00～20:30                       | 21<br>くつろぎ<br>10:00～11:30      | 22                                            | 23                                  | 24<br>親子のひろば<br>ひまわり<br>①9:30～10:15<br>②10:30～11:15                    | 25                                                                                  |
| 26                                                       | 27<br>それいゆ<br>13:00～14:30                                  | 28<br>いきいき健康クラブ<br>10:00～11:00 | 29                                            | 30                                  | 31<br>親子のひろば<br>ひまわり<br>①9:30～10:15<br>②10:30～11:15                    |  |
| ケアプラザ事業のみ掲載<br>桃：地域活動交流事業 緑：地域包括支援センター事業<br>橙：生活支援体制整備事業 |                                                            |                                |                                               |                                     |                                                                        |                                                                                     |

### 新規事業

～母子の愛着関係をはぐくむ～

### ベビーマッサージ



- 【開催日】 8月29日（土）  
10時30分～11時30分
- 【場 所】 多目的ホール
- 【対 象】 0歳児～1歳児までの親子
- 【定 員】 12組
- 【参加費】 1組100円 マッサージオイル込み
- 【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】 大き目のバスタオル2枚  
おねしょシート又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)  
その他オムツなど各自必要なもの
- 【申込み】 お電話にてお申込みください
- 【申込み期間】 7月7日（火）～7月29日（水）

### 子育てサロンわかば



- 【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】 未就園児の親子
- 【定 員】 12組
- 【参加費】 1組100円
- 【持ち物】 飲み物等お子さんに必要なもの  
※後半はヨガを行いますので動きやすい服装でお越しください
- 【内 容】 10時～10時45分 フリースペース  
10時45分～11時30分 ヨガ
- 【申込み】 お電話にてお申込みください
- 【申込み期間】 7月7日（火）～7月19日（日）
- ※当面の間、定員を設けさせていただきます  
申込み多数の場合抽選とさせていただきます

### ケアプラザ開館時間

月曜日～土曜日  
午前9時～午後6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)

### \*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。



## 岡津地域ケアプラザ

# ケアプラザ通信 7月号

第4号 令和2年6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 高木 みどり

### ケアプラザからのお知らせ

6月1日より、貸館利用を一部再開いたしました。館内の定期的な消毒、換気等を行い、感染症予防対策に努めてまいります。  
またケアプラザご利用にあたっては、下記の通り地域のみなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

- ・マスク着用にご協力ください
- ・手洗いと手指消毒をお願いします
- ・対人距離の確保をお願いします
- ・換気にご協力ください
- ・貸室の利用は最大90分までをお願いします
- ・情報ラウンジでの滞留はご遠慮ください

### 地域包括支援センターより

地域包括支援センターへのご相談は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、事前にお電話にてご予約をお願いいたします。  
また来所された際には、検温と手指消毒にご協力ください。  
皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



## ケアプラザ新規自主事業のご案内

### 新規事業



8月25日スタート 全15回

### ナイトヨガ

健康増進と仲間づくりの場として開催します  
夜の空いた時間に、お仕事帰りにぜひご参加ください

- 【開催日】 毎月第2第4火曜日 19時～20時
- 【場 所】 多目的ホール
- 【対 象】 地域にお住まいの方
- 【定 員】 12名
- 【参加費】 400円（1回）
- 【講 師】 夏神由美子先生  
RYT200ヨガインストラクター  
ピラティスインストラクター
- 【持ち物】 ヨガマット、汗拭き用タオル、飲み物  
バスタオル1枚、動きやすい服装  
※ヨガマットお持ちでない方はご相談ください
- 【申込み】 お電話にて申込みください
- 【申込み期間】 7月7日（火）～7月19日（日）

※申込み多数の場合抽選とさせていただきます

### 新規事業

8月6日スタート 全16回

### ダンディヨガ

健康増進や地域の男性同士の交流の場として開催します  
体の堅い方、ヨガが初めての方でもご参加いただけます

- 【開催日】 毎月第1第3木曜日 10時～11時
- 【場 所】 多目的ホール
- 【対 象】 地域にお住まいの男性
- 【定 員】 12名
- 【参加費】 400円（1回）
- 【講 師】 夏神由美子先生  
RYT200ヨガインストラクター  
ピラティスインストラクター
- 【持ち物】 ヨガマット、汗拭き用タオル、飲み物  
バスタオル1枚、動きやすい服装  
※ヨガマットお持ちでない方はご相談ください
- 【申込み】 お電話にて申込みください
- 【申込み期間】 7月7日（火）～7月19日（日）

※申込み多数の場合抽選とさせていただきます

### マスク回収BOX設置のお知らせ

受付にマスク回収BOXを設置し、厚生労働省から送られてきたマスクがご不要な方からの寄付を、受け付けております。ご寄付いただけるのは未開封のもののみになります。  
ご寄付いただいたマスクは必要な方にお渡しさせていただきます。

お申込み・お問い合わせは岡津地域ケアプラザまで ☎ 812-0685