

8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 うたごえサロン 10:00~11:00 それいゆ 13:00~14:30	3 くつろぎ 10:00~11:30	4 子育て支援者の 子育て相談 10:00~11:30	5 フリースペース あおぞら 15:30~19:45	6 親子のひろば ひまわり 9:30~14:00 医療相談会 14:00~15:00	7 
8	9	10 休館日	11	12 心と身体・ 軸を整えるヨガ 10:00~11:00 フリースペース あおぞら 15:30~19:45	13 親子のひろば ひまわり 9:30~14:00	14
15 ダンディキッチン 10:00~12:30	16 子育てサロン わかば 10:00~11:30 医療相談会 14:00~15:00	17 くつろぎ 10:00~11:30	18 子育て支援者の 子育て相談 10:00~11:30 お菓子教室 CLOVER 13:30~15:30	19 フリースペース あおぞら 15:30~19:45	20 親子のひろば ひまわり 9:30~14:00	21
22	23 それいゆ 13:00~14:30	24 いきいき健康クラブ 10:00~11:00	25 子育て支援者の 子育て相談 10:00~11:30	26 心と身体・ 軸を整えるヨガ 10:00~11:00 フリースペース あおぞら 15:30~19:45	27 親子のひろば ひまわり 9:30~14:00	28 介護保険説明会 14:00~15:00
29	30	31				

ケアプラザ事業のみ掲載

桃：地域活動交流事業

緑：地域包括支援センター事業

橙：生活支援体制整備事業

水色：地域活動交流・生活支援体制整備・地域包括支援センター共催事業

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1月曜日 10時~11時
- 【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、マスク着用
- 【定 員】20名 毎月の申込制になります
- 【申込み】前月20日~先着順
電話にてお申込みください



男性の料理教室 ダンディキッチン

- 【開催日】毎月第3日曜日 10時~12時30分
- 【場 所】調理室、多目的ホール
- 【対 象】地域にお住いの男性
- 【参加費】1200円(1回)
- 【持ち物】エプロン、三角巾、手拭き用タオル、室内履き
- 【募集人数】若干名
- 【申込み】電話にてお申込み下さい

ケアプラザ開館時間

月曜日~土曜日 *貸館予約がある場合は20時まで
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 8月号 第17号 令和3年7月23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



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】毎週金曜日 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】前日までに電話にてお申込みください
当日も空きがあればご利用できますので
お気軽にお問い合わせください

※新型コロナウイルス感染拡大防止の為、当面の間
申込制で利用人数を制限させていただきます

※利用時間 最長2時間

※12時~12時30分は消毒の時間になります

8月の予定

6・13・27日は2階テラスで水遊びを
予定しています。オムツを着用しているお子さんは
水遊び用パンツをお持ちください。
バスタオル等必要なものをご持参ください。



ベビーマッサージ



マッサージオイルを使って
ママの手で全身のマッサージを行います

- 【開催日】9月4日(土) 10時30分~11時30分
- 【場 所】多目的ホール
- 【対 象】0歳~1歳までの親子 パパの参加也大歓迎!
- 【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
*ママはマスク着用をお願いします
- 【申込み】8月4日(水)~9月3日(金)までに
電話にてお申込みください(先着順)

フリースペースあおぞら



居場所支援として、ケアプラザのお部屋を
開放しています。勉強の場としてもぜひご利用ください!

- 【開催日】毎週木曜日 15時30分~19時45分
*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

学習支援ボランティアさんは、現役の高校教師と
定年退職された元高校教師の方がされています

*Wi-Fiが使用できるようになりました(当日申請必要)

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!

- 【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
- 【内 容】10時~10時45分 フリースペース
10時45分~11時30分 ママのヨガ
ママがヨガをしている間は、ボランティアさんと
職員での子どもの見守りをします
- 【講 師】優菜先生
(アンシー'sストレッチヨガ研究会認定講師)
- 【申込み】前日までに電話にてお申込みください



お申込み・お問い合わせは岡津地域ケアプラザまで ☎ 812-0685

福祉避難所について

岡津ケアプラザは、区役所と協定を締結しており、災害時には福祉避難所を開設します。

福祉避難所とは？

災害が発生した時に、自宅や地域防災拠点などでの避難生活が困難な要援護者のための避難場所です。
対象となる方だけが地域防災拠点などから二次的に避難する場所なので、直接避難はできません。

いつ開設され、誰が避難できるの？

福祉避難所は災害発生直後から必ず開設されるものではなく、安全が確認出来て運営準備が整った施設から、順次区役所が開設を要請します。高齢者、障害児・者、妊婦、乳幼児などのうち特別な配慮を必要とする方が対象です。

直接福祉避難所に行ってはダメ

福祉避難場所
(福祉施設など)

自己判断で福祉避難場所へ行っても避難できません。
倒壊などにより自宅で生活できない時は、まずは地域防災拠点へ。

災害が発生



自宅

家が無事なら自宅に
帰り自宅で避難生活

いっとき避難場所
(公園・空き地など)



地域防災拠点
(小中学校など)

福祉避難所の受入れ基準は？ 誰がどうやって決めるの？

福祉避難所となる施設には限りがある為、対象となる要援護者全員を一度に受け入れる事は困難です。地域防災拠点に避難している方の中からより支援の必要性が高い人を、区役所の専門職（保健師）などが判断します。専門職の判断をもとに、誰をどの福祉避難所で受け入れるかを、区役所が決定します。

福祉避難所に行く方を
区役所が決定

自宅建物に火災や倒壊の危険がない時は、あえて避難の必要はありません。
在宅で避難生活を送ります。食料・飲料水等の備蓄を行いましょう。
※備蓄の目安は、最低3日分です。

地域包括支援センターからのお知らせ

介護保険制度説明会 & 個別相談会

知っておくと、便利！
介護保険制度についてお教えします。

【日時】 令和3年8月28日（土）
14:00～15:00
【場所】 岡津地域ケアプラザ
【定員】 20名
【申込み】 電話にて申込みください



※説明会后 個別相談もご予約いただけます

「民生委員と ケアマネジャーの交流会」 を開催しました



令和3年6月18日に岡津地域ケアプラザの多目的ホールにて開催しました。34名の方が参加し、よこはま西部ユースプラザのお話の後ディスカッションをしました。ご参加いただきありがとうございました。



医療相談会 要予約

「岡津地域ケアプラザ」協力医による

【開催日】 8月は6日、16日
【内容】 湘南泉病院 池島先生による
医療相談会 *診察ではありません
ケアマネジャーさんの相談もOK

R3年度 介護予防事業 体力測定



【日時】 9月16日（木）
13:30～15:00
【定員】 20名
【持物】 上履き（運動靴）飲み物、タオル、筆記用具
【申込み】 電話にてお申し込みください

「ふまねっとを楽しもう」

ふまねっととは、50cm四方のマス目で作られた網を利用した運動学習プログラムです。

【日時】 1回目 10月9日（土）
2回目 23日（土）
10:00～11:30
【定員】 16名
【持ち物】 上履き（運動靴）、飲み物、タオル、筆記用具
【申込み】 電話にてお申し込みください

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

介護等のご相談は地域包括支援センターへ ☎ 812-0801

居宅介護支援

関東もジメジメとした日が続き体調の管理が難しい日が続いております。
皆様いかがお過ごしでしょうか。

はじめまして！ケアマネジャーの本間照久と申します。管理者の三田と2名体制で仕事をしております。
ケアマネジャーとして働く前は、特別養護老人ホームで介護職として働いておりました。そのため介護の経験が長いので、介護についての相談やお悩みなどがあれば気軽にお声掛けください。
今後とも宜しくお願い致します。



お申込み・お問い合わせは岡津地域ケアプラザまで ☎ 812-0685