

10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 親子のひろば ひまわり 9:30~14:00 医療相談会 14:00~15:00	2
3 パパとキッズの なかよしクッキング 10:30~12:00 ⇒12/5に延期	4 うたごえサロン 10:00~11:00 それいゆ 13:00~14:30	5 くつろぎ 10:00~11:30	6 子育て支援者の 子育て相談 10:00~11:30 地域を支える ICT活用講座 13:00~14:30	7 フリースペース あおぞら 15:30~19:45	8 親子のひろば ひまわり 9:30~14:00	9 介護予防事業 ふまねっとを楽しもう 10:00~11:30
10	11 休館日	12 いきいき健幸クラブ 10:00~11:00	13 子育て支援者の 子育て相談 10:00~11:30 消費者被害に あわないために 13:00~14:00	14 心と身体・ 軸を整えるヨガ 10:00~11:00 認知症介護相談 14:30~ フリースペースあおぞら 15:30~19:45	15 親子のひろば ひまわり 9:30~14:00	16
17 ダンディキッチン 10:00~12:30	18 子育てサロン わかば 10:00~11:30	19 くつろぎ 10:00~11:30 健康長寿倶楽部 13:30~15:00	20 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	21 GoGo健康長寿 オーラルフレイル講座 13:30~15:00 フリースペース あおぞら 15:30~19:45	22 親子のひろば ひまわり 9:30~14:00	23 介護予防事業 ふまねっとを楽しもう 10:00~11:30
24	25 それいゆ 13:00~14:30	26 いきいき健幸クラブ 10:00~11:00 GoGo健康長寿 秋の栄養講座 13:30~15:00	27 子育て支援者の 子育て相談 10:00~11:30	28 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	29 親子のひろば ひまわり 9:30~14:00	30 泉区の歴史入門 10:00~11:30
31 🎃	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 青：区役所との共催事業 緑：地域包括支援センター事業 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					

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が使用できます。（当日申請必要）

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 *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)



岡津地域ケアプラザ ケアプラザ通信10月号 第19号 令和3年9月24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

ケアプラザにおける新型コロナウイルス感染防止対策について

【貸館について】

- 施設利用の新規予約を停止させていただきます。
緊急事態宣言の期間内外に関わらず、施設利用の新規予約は不可となります。
(すでに予約を受付ている場合はご利用可能です)
- すでに予約済みの場合の各部屋の定員
各部屋の定員は50%以内とします。

※予約再開については、岡津地域ケアプラザホームページでお知らせ致します。

【施設利用時間】

平日・土 9時～20時 / 日・祝祭日 9時～17時
※18時以降施設利用のない場合は18時で閉館とします。

【自主事業について】

検温・手指消毒・マスク着用等の感染予防対策を徹底して開催しております。
子育て関連事業に関しては定員を制限して、密にならないよう実施しています。
ご本人含め、ご家族に発熱など、風邪の症状がある場合は、来館を見合わせて下さい。
※ケアプラザでは全職員に対し、定期的にPCR検査を実施しております。



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

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（緊急事態宣言発令中は8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お子さんの見守りをします
- 【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

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



生活支援体制整備事業

泉区の歴史応用編 「横浜市八聖殿郷土資料館」 講師 相澤竜次 館長

【開催日】 12月9日（木）13時～14時30分
 【場 所】 多目的ホール 【定 員】 20名
 【対 象】 60歳以上 【参加費】 無料
 【申込み】 11月1日（月）～（先着順）
 電話にてお申込み下さい
 【担 当】 白井（生活支援コーディネーター）



地域ケアプラザの機能のご紹介

地域ケアプラザは、赤ちゃんからお年寄りまでどなたでも利用できる施設です！

地域ケアプラザは、誰もが住み慣れたまちで健康で安心して暮らせる地域をつくるための拠点として、横浜市が中学校区程度に1か所設置している公の施設です。

福祉保健に関する身近な相談窓口

高齢者だけでなく子育てや障がい児・者、生活困窮等の福祉保健に関する相談も総合的に受け、必要なサービスや関係機関におつなぎします。

また、区役所まで出向かなくても介護保険の申請や更新手続きができます。

地域の福祉保健活動の拠点

◇ 福祉保健活動のための場を提供しています

地域活動やボランティア活動のために、多目的ホールや調理室などのお部屋を無料（*）で提供しています。

*福祉保健活動以外の利用は有料となります。

営利目的での利用はできません。

◇ 福祉保健に関する事業を開催しています

健康体操教室や子育て支援など、福祉保健の増進のために様々な事業を開催しています。

◇ 地域福祉保健のネットワークを構築します

自治会町内会、社会福祉協議会、民生委員・児童委員など地域の関係団体や関係機関と連携を図り、地域福祉保健を推進するためのネットワークづくりを行います。また、泉区地域福祉保健計画を推進します。

◇ ボランティアを育成・コーディネートします

福祉保健活動の担い手を育成・支援するため、各種ボランティア講座を開催したり、ボランティアを希望する方を適切な活動にコーディネートします。



地域包括支援センターからのお知らせ

❗ 消費者被害にあわないために
 消費者被害防止講座を開催します
 備えあれば憂いなし！
 今何に気を付ければいいのか確認を！

【日 時】 10月13日（水）
 13時～14時
 【場 所】 多目的ホール
 【講 師】 横浜市消費生活相談員
 【定 員】 20名
 【申込み】 電話にて申込みください



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】 10月は1日になります。
 【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

介護保険制度説明会 & 個別相談会

【日 時】 11月27日（土）10時～11時
 【場 所】 多目的ホール
 【定 員】 15名
 【申込み】 電話にて申込みください



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

介護保険のサービスには介護者が不在になる時でも自宅以外で安心して過ごすことができる、ショートステイと言われるサービスがあります。

一時的に短期間、食事や入浴など、必要な支援を受けながら施設で過ごすサービスです。

施設によってお部屋の作りが個室か複数人部屋かに分かれ、日中の過ごし方、送迎の時間も様々です。

お部屋の種類や利用者の介護度によって料金が異なり、利用にあたっては契約が必要になります。

ご不明点があればケアマネジャーまでご相談ください。



お申込み・お問い合わせは岡津地域ケアプラザまで ☎ 812-0685

R3年度 介護予防事業

「GOGO健康長寿 秋の栄養講座」

～大人の食育～
 私の食事・傾向と対策！！



【日 時】 10月26日（木）13時30分～15時
 11月24日（土）13時30分～15時
 【場 所】 多目的ホール
 【講 師】 管理栄養士 秋山芳子氏
 【定 員】 15名
 【申込み】 電話にてお申し込みください

「GOGO健康長寿 オーラルフレイル講座」

オーラルフレイルを予防して
 健康長寿を目指しましょう

～歯科医師によるお話から～

【日 時】 10月21日（木）13時30分～15時
 【場 所】 多目的ホール
 【持ち物】 20名
 【申込み】 電話にてお申込みください