4月ケアプラザ活動カレンダー

※新型コロナウィ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	4 うたごえサロン 10:30～11:30 それいゆ 13:00～14:30	5	6 子育て支援者の 子育て相談 10:00～11:30	7 フリースペース あおぞら 15:30～20:00	8 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00	9
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	14 フリースペース あおぞら 15:30～20:00	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 はつらつ健康倶楽部 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 フリースペース あおぞら 15:30～20:00	22 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00	23 介護保険制度説明会 14:00～15:00 個別相談会 15:00～16:00
24	25 それいゆ 13:00～14:30	26 いきいき健幸クラブ 10:00～11:00	27 子育て支援者の 子育て相談 10:00～11:30	28 フリースペース あおぞら 15:30～20:00	29 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00	30

ケアプラザ事業のみ掲載

地域活動交流事業　生活支援体制整備事業　地域包括支援センター事業

パパとキッズのなかよしクッキング！

親子で楽しくランチのピザと、母の日のママへのプレゼントにスイーツを作ります！

開催日　５月８日（日）１０時３０分～１２時３０分　持ち物　エプロン　三角巾　手拭き用タオル
場　所　多目的ホール　　室内履き、水分補給できるもの
対　象　パパと３歳以上のお子さん
定　員　８組　　参加費　１組　３００円
講　師　出羽　美香（ケアプラザ所長・管理栄養士）

※スイーツを持ち帰るので、持ち帰り用の袋をお持ちください。
※マスク着用でお願いします。

申込み　4月１０日（日）～5月１日（日）までに 電話にてお申込みください。申込み多数の場合は抽選となります

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　午前９時～午後９時
※自主事業と貸館予約がない場合は午後６時閉館
日曜日・祝日　午前９時～午後５時
※地区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）

こちらの QR コードよりご利用頂けます。
@Okatsu_CP

お申込み・お問合わせは岡津地域ケアプラザまで　☎812-0685

岡津地域ケアプラザ
ケアプラザ通信
4月号No.25

令和４年3月25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 045-812-0685 FAX 045-812-0802
okatsu-cp@i-seikoukai.or.jp
HP　https://i-seikoukai.or.jp/
発行責任者　所長　出羽美香

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。

1 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害児・者、生活困窮等の福祉保健に関する相談も総合的にお受けし、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。

2 地域の福祉保健活動の拠点

＊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。

第2回 ふれあいこどもまつり

５月２９日（日）９時３０分～１２時３０分

場所：岡津地域ケアプラザ
協力：中川連合町内会
中川地区社会福祉協議会

整理券　こども縁日
※入替制で実施
- 射的
- わなげ
- おかしつり

整理券　昔あそびコーナー
※入替制で実施
- けん玉あそび
- 工作コーナー

整理券　健康チェックコーナー
※入替制で実施
- 骨密度測定
- 血管年齢測定

協力：中川地区保健活動推進委員

meet いっずん
泉区のマスコットキャラクター
いっずんに会えるよ♪
①10:30～
②11:30～

障害事業所販売
手作りの自主製品の販売

参加には整理券が必要です　整理券
こども縁日120枚　健康チェックコーナー80枚　昔遊びコーナー120枚
配布期間：4月29日（金）～5月22日（日）9時～17時
配布場所：岡津地域ケアプラザ　受付窓口
先着順にて配布、配布数に達し次第終了

コロナウィルス感染拡大状況によっては変更や中止となる場合があります。
中止の場合は、ケアプラザ屋外掲示板およびホームページにてお知らせします。
こども縁日と健康チェックコーナーと昔遊びコーナーは、整理券をお持ちの方のみご参加いただけます。
それ以外については、当日入場券を配布いたします。混雑状況によっては、お待ちいただく場合があります。

お問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 30 分～ 11 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、マスク着用
定　員　１６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
　　新型コロナウイルス感染状況によっては
　　中止になる場合があります

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。
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～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　どなたでも（小学生以上）
☆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連絡ください。
　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、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）

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　７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
　リンパマッサージやお家でも簡単に出来るセルフ
　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（全米アライアンス RYT 終了）
　　３月より新しくヨガを教えて下さる先生です！
申込み　前日までに電話にてお申込みください

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
　※12 時～12 時 30 分は消毒の時間になります
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　　利用人数　最大４組
利用時間　最長１時間
申込み　前日までに電話にてお申込みください

※新型コロナウィルス感染拡大防止の為、事前申込制で
　利用時間・利用人数を制限させて頂いております。

申込みをされず、当日直接来所されますと事前申込で定員に達した場合はご利用をお断りさせて頂く場合がございますので、来所される前に必ずお問い合わせください

追加募集のお知らせ

いきいき健幸クラブ

身体を動かし健康づくりしてみませんか

開催日　毎月第２・４火曜日　１０時～１１時
対　象　どなたでも
内　容　ストレッチ、脳トレ、体操
参加費　１回４００円
持ち物　飲み物、タオル、マスク着用
申込み　電話にてお申込み下さい。先着順
募集人数　６名
お申込み・お問合せ
　　生活支援コーディネーター　白井

追加募集のお知らせ

それいゆ

エアロビクス＆ヨガ　始めてみませんか？



開催日　第１月曜日　エアロビクス
　　第４月曜日　ヨガ
時　間　１３時～１４時３０分
対　象　どなたでも
参加費　１回４００円
持ち物　飲み物、タオル、マスク着用
申込み　電話にてお申込み下さい。先着順
募集人数　１２名
お申込み・お問合せ
　　生活支援コーディネーター　白井

お申込み・お問合せは岡津地域ケアプラザ　☎812-0685

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

介護保険制度について説明します。いざという時に困らないために準備しましょう。



日　時　4月23日（土）　説　明　会　14時～15時
　　個別相談会　15時～16時
場　所　多目的ホール
定　員　15名　個別相談会は定員3名
申込み　電話にてお申し込みください。

『岡津地域ケアプラザ』協力医による

医療相談会　無料・要予約

- 個別相談会 -



開催日　4月1日（金）
内　容　湘南泉病院の池島先生による
　　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

R4年度　介護予防事業

はつらつ健康倶楽部 軽体操





日　時　4月19日（火）13時30分～15時
場　所　多目的ホール
講　師　健康運動指導士　礒野志保氏
持ち物　上履き、タオル、飲み物
定　員　15名
申込み　電話にてお申し込みください



介護者のつどい

介護についてお話してみませんか？少人数で開催しています。



奇数月(隔月）　第3月曜日14時～15時
次回開催日　　5月23日（月）
申　込　み　　電話にて申し込みください。



地域包括支援センターへのご相談は新型コロナ感染拡大防止のため、なるべく事前にお電話にてご予約をお願いいたします。
また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。
来所の際には、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。



入職職員紹介



この3月1日より入職しました長田直美と申します。
以前は別の居宅介護支援事業所でケアマネジャーをしていました。
元々はヘルパーとして、10年間現場に携わってきましたので、泉区戸塚区で知り得た技術・知識をこの地域でお役に立てればと思っております。
在宅での介護を支援させていただきますので、これからどうぞ宜しくお願い致します。

お問合わせ　岡津地域ケアプラザ　☎812-0685