

3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 子育て支援者の 子育て相談 10:00～11:30	2 フリースペース あおぞら 15:30～20:00	3 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00	4
5	6 うたごえサロン 10:30～11:30	7	8 子育て支援者の 子育て相談 10:00～11:30	9 フリースペース あおぞら 15:30～20:00	10 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00	11 シニアボランティア ポイント登録研修会 11:00～12:30
12 パパとキッズの なかよしクッキング 10:30～12:30	13 休館日	14 いきいき健康クラブ 10:00～11:00	15 子育て支援者の 子育て相談 10:00～11:30	16 フリースペース あおぞら 15:30～20:00	17 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00	18
19	20 子育てサロンわかば 10:00～11:30 はつらつ健康倶楽部 13:30～15:00	21	22 子育て支援者の 子育て相談 10:00～11:30	23 フリースペース あおぞら 15:30～20:00	24 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00	25
26	27 認知症カフェ 14:00～15:30	28 いきいき健康クラブ 10:00～11:00	29 子育て支援者の 子育て相談 10:00～11:30	30 フリースペース あおぞら 15:30～20:00	31 親子のひろば ひまわり 9:30～14:00	

ケアプラザ事業のみ掲載	地域活動交流事業	地域包括支援センター事業
	生活支援体制整備事業	泉区役所・ケアプラザ共催事業

●利用者アンケート実施のご報告

昨年10月に利用者アンケートを実施いたしました。頂戴しましたご意見と回答の一部を掲載いたします。その他のご意見と回答につきましては、ケアプラザ館内に掲示しております。今後も、より良い施設運営のため地域のご意見を伺わせて頂きたいと思っております。

- ご意見** ◇地域福祉の窓口として、住民のサポートをして頂けると嬉しいです。(地域包括支援センター)
- 回答** 来てもらう方が困難な場合は、訪問も出来ることをしっかり伝えていく様にします。
- ご意見** ◇赤ちゃんを連れて行けるようなイベントをもっと増やして欲しい。(地域活動交流)
- 回答** ケアプラザの事業に限らず、地域で行っている子育てサロン等のご案内もさせていただきます。次年度も乳幼児を対象とした事業を実施します。

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)



お申込み・お問い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 3月号 No.36

令和5年2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 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

よこはまシニアボランティアポイント登録研修会 よこはまシニアボランティアポイント事業に参加しませんか?



ケアプラザの自主事業等で出来る、ボランティア活動の紹介も行います。
ボランティア活動を通じて、健康づくり、生きがいづくりを始めてみませんか?

開催日 3月11日(土) 11時～12時30分 場所 多目的ホール
対象 横浜市在住の満65歳以上の地域の方
持ち物 介護保険証・筆記用具
申込み 2月25日(土)までにケアプラザへ電話にてお申込みください



よこはまシニアボランティアポイント事業とは…

介護施設やケアプラザ等でボランティア活動を行うとポイントが得られたまった「ポイント」に応じて寄付や換金することができます。1回30分以上のボランティア活動で200ポイントがたまり、たまったポイントは年間8000ポイントまで換金が可能です。

福祉保健に関する身近な相談窓口です!

高齢者だけでなく子育てや障害児・者、生活困窮、ひきこもり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。お気軽にご相談ください。



*感染症拡大防止のため、お電話で事前のご予約をお願いいたします。

4月からの開閉館時間及び夜間施設利用の手続きについて

現在の開館時間

月曜日から土曜日 午前9時から午後9時
日曜日・祝日 午前9時から午後5時
休館日・第2月曜日 午前9時から午後5時



4月からの開館時間

夜間の利用申し込みが無い場合(月曜～土曜) 午前9時から午後6時
日曜日・祝日 午前9時から午後5時

※夜間利用の申込みは前月の9日まで

お問い合わせは岡津地域ケアプラザまで ☎812-0685

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。
※第2、第4金曜日は10時30分～絵本の読み聞かせがあります。

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6組 利用時間 最長2時間

申込み 前日までに電話にてお申込みください。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、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、当日直接来所される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。第2、第4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。

協力 中川地区社会福祉協議会 子育て応援キャラバン隊

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。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、時間内出入り自由

★学習支援を希望される方は事前にお申し出ください。
※Wi-Fiが使用できます。(当日申請必要)

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・お絵かき
・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。

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)

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。

申込み 前日までに電話にてお申込みください

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 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

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。

みんな集まれ 公園あそび

申込み不要 参加無料 出入り自由



子育てを応援している地域の人と楽しく公園遊びをしませんか？

子どもたちと一緒に遊びたい地域の方もおいでください！

開催日 3月23日(木) 10時～11時30分

内容 砂場遊び、絵本の読み聞かせ、しゃぼん玉あそび

持ち物 飲み物、帽子、着替えなど必要なもの

お砂場セット(あれば)

汚れてもいい服でご参加ください。

※ご自宅で検温の上、ご参加ください。

体調不良の場合は、参加を見合わせてください。

場所 岡津公園(住所: 泉区岡津町 2706)

問い合わせ先 岡津地域ケアプラザ ☎812-0685

雨天中止のお知らせは岡津地域ケアプラザのTwitterからもご確認いただけます。

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 中川地区支援チーム(岡津地域ケアプラザ・泉区社会福祉協議会・泉区福祉保健センター)

中川地区第4期地域福祉保健計画『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。



地域包括支援センターからのお知らせ



ようこそ!オカーバックスカフェへ 認知症カフェ

認知症やその家族、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です。

開催日 3月27日(月) 14時～15時30分

場所 地域ケアルーム、ボランティアルーム

申込み 不要・開催時間内出入り自由

参加費 初回のみ無料

初めての開催になります。お気軽にお立ち寄りください。



はつらつ健康倶楽部

『呼吸を整えリラックス・貯筋体操』

開催日 3月20日(月) 13時30分～15時

場所 多目的ホール

内容 体操で体を動かしましょう

講師 健康運動指導士 Shiho(^_^)先生

持ち物 上履き、タオル、飲み物

定員 20名

申込み 電話にて申し込みください

R4年度 介護予防事業

岡津地域ケアプラザ協力医池島先生とケアマネジャーの交流会を開催しました。

「感染症の分類」について先生にお話ししていただきました。

地域のケアマネジャーさんは熱心にきいており、色々と質疑応答されてました。

医療・介護が連携しチームとして支援できるよう年数回交流会を開催しています。



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。



居宅介護支援事業 ～介護保険以外 のサービスについて～

今までの記事では、介護保険のサービスを中心にご紹介させて頂きましたが、**介護保険以外**にも利用出来るサービスがございます。

今回は、そのサービスについてご紹介をさせて頂きます。

1つ目は食事の確保が困難になってしまった方が利用出来る『配食サービス』があります。食事を家まで運んでくれ、その食事の形態をいくつか選ぶことが出来るのが特徴です。カロリーや塩分、糖分が計算されており、透析や糖尿病の方用の食事もあります。



2つ目は通院や外出時にバスやタクシーの利用が困難になってしまった方などが利用出来る『介護タクシー』があります。事業者によって車いすを用意してくれたり車いすごと車輻に乗れたり移動が困難になってしまった人には心強いサービスです。



この他にも介護保険外サービスは色々ありますので、何か困りごとがある際は是非ケアマネジャーに相談して下さい。

お問合わせ 岡津地域ケアプラザ ☎812-0685