

プラザ便り

〈発行〉

横浜市港南台地域ケアプラザ
〒234-0054
横浜市港南区港南台3-3-1
214ビル1階
TEL:045-834-3141

〈発行責任者〉所長 川端 邦治

令和6年11月発行

30th
ANNIVERSARY

横浜市港南台地域ケアプラザ 30周年記念シリーズ



第3弾 講演会「南部病院を取り巻く医療環境の変化」

時代の移り変わりと共に社会は大きく変化しますが、南部病院もその対応に追われています。特に問題となっている人口の高齢化と地域医療、医師の働き方改革、そして新病院建設への取り組みについてお話ししたいと思います。

予約受付中

先着
40名

▲ 日 時 : 令和6年12月7日(土)14:00~15:30

▲ 会 場 : 横浜市港南台地域ケアプラザ 多目的ホール

▲ 講 師 : 済生会横浜市南部病院 院長 えんど つとむ 猿渡 力先生

▲ 申 込 : 事前申込制 ※電話か来所にて受付

▲ 参加料:無料 ▲ 持ち物:上履き、靴入れ



開催決定! 乞うご期待

毎月、第2火曜日13:00~ケアプラザにて「ほっとカフェ」を開催しております。今回、チームオレンジの一環として「出張版ほっとカフェ」を沢が谷自治会館にて開催しました。当日、小雨が降る中ではありましたが、26名参加と大変賑やかな会となりました。協力医の篠田先生による認知症についての講座、ハーモニカ演奏に合わせて懐かしい「星影のワルツ、高校三年生」などを歌いました。同じ地域同士、顔見知りの方も多く会話も弾み有意義な時間を過ごされていました。

「うちの地域でもやってほしい!」など、ご要望がありましたら、地域包括支援センターまでお問い合わせください。



地域包括支援センター 高橋・今岡・稲垣・宮部
TEL: 045-834-3143

ポイント

緊急時における消費生活トラブルに気を付けよう!

災害時には住宅等の修理に関するトラブルが寄せられる傾向があります。例えば、「料金トラブル」や「保険に関するトラブル」が一例として挙げられます。そのほか、感染症流行時の際や緊急時における誤情報など、様々です。緊急時における混乱に乗じた消費生活トラブルから身を守るため、少しでもおかしいな?と思ったら、周囲の人や横浜市消費生活総合センターに相談しましょう。



※詳しくは、「横浜市消費生活総合センター」のホームページをご覧ください。

キャンドルナイト in 港南台 2024

港南台中央公園にて開催されているキャンドルナイトに参加しました。当日は11団体が出展し、それぞれが色鮮やかなキャンドルを飾り、来場された方を魅了していました。当ケアプラザは、デイサービス利用者さまに手伝っていただいた飾りを使いながら、港南台の街並みを表現しました。



**障がい者余暇支援活動
青年学級ないとする~ず**

9月はラポール上大岡さんをお招きし、「ターゲットボッチャ」を実施しました。通常のボッチャとは違い、高度な戦略を考える必要がないため、気軽に遊ぶことができ、参加者もボランティアも大いに盛り上がりました。

★毎月第3金曜日18:00~開催



事前予約制

食事代 ¥500

ケアプラザで活動する貸館団体紹介

福祉・保健の活動や交流の場として、日頃から活動されています。

音楽のひろば

ケアプラザの共催事業「音楽のひろば」では歌をうたったり楽器演奏を通じて音楽療法を行うほか、体操なども行っています。また、お茶を飲みながら、参加者同士がコミュニケーションできる場となっています。現在、参加者を募集中ですので、ご興味ある方は当ケアプラザまでお問合せください。

毎月第3火曜日:13:30~/参加費:200円

「ケアプラフェスタ」にて
オープニング演奏(10:00~)
します!!



これからのイベント

※講座:要予約

※持ち物:上履き、靴入れ

土足厳禁!

認知症カフェ

ほっとカフェ

予約受付中

先着
10名

- ◆日時:令和6年12月10日(火)
13:00~14:00
- ◆会場:港南台地域ケアプラザ
ボランティアコーナー
- ◆対象:地域にお住まいの方
- ◆参加費:100円



- ◆内容:認知症の方やそのご家族、地域住民などが集える場所です。気軽に悩み相談や世間話などができるコミュニケーションの場となっています。

ほっとセミナー

- ◆日時:令和6年12月24日(火) 予約受付中

13:30~14:30

- ◆会場:港南台地域ケアプラザ
多目的ホール
- ◆対象:地域にお住まいの方

先着
20名

- ◆内容:協力医である港南台内科クリニックの篠田先生による地域の方への健康応援セミナーです。

※参加料:無料

高齢者サロン みち草

- ◆日時:毎月第1火曜日(8月はお休み)
13:30~15:00
- ◆会場:港南台地域ケアプラザ 多目的ホール
- ◆対象:地域にお住まいの高齢者
- ◆参加費:100円
- 次回開催は11月5日(火)と12月3日(火)



- ◆内容:高齢者の方とボランティアさんが一緒にゲームや歌・行事の催し等を行っています。



ケアプラカレンダー

11月1日～11月30日

施設点検のお知らせ
11月18日は施設点検の為
 貸館業務を休業いたします。



日	月	火	水	木	金	土
					11月1日	★11月2日
					とまと こども食堂 (17:30～) ※お食事の提供 はありません	エンディング ノートを書いて みよう! (10:00～)
11月3日	11月4日	★11月5日	11月6日	★11月7日	11月8日	★11月9日
		赤ちゃんの タッチケア 講習会 (10:00～) みち草 (13:30～)		ぺんぺん草の会 (10:10～)		歯のほのほの 相談室 特別版 (14:00～)
11月10日	★11月11日	★11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	★11月16日
	歯のほのほの 相談室 (14:30～)	ほっとカフェ (13:00～)	ぴょんぴょん (10:00～) そよかぜ南の家 パン販売 (11:30～)	ぺんぺん草の会 (10:10～)	ないと くる～ず (18:00～)	
11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日
ケアプラ フェスタ 2024 (10:00～)	施設点検日 	音楽のひろば (13:30～)	おりがみ講座 (10:00～)	ぺんぺん草の会 (10:10～) 認知症家族の つどい (10:00～)		
11月24日	★11月25日	★11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	★11月30日
	赤ちゃん教室 (10:00～) 歯のほのほの 相談室 (14:30～)		海の公園野島 公園ハイキング おひとりさま の会 (10:00～) そよかぜ南の家 パン販売 (11:30～)	子育て まち育て塾 (10:30～)		

月～土:9:00～21:00 日・祝:9:00～17:00(年末年始及び月1回の施設点検日は休館)

★18:00～21:00(夜間枠)に施設予約がない場合、18:00に閉館



ボランティアさん募集中

港南台地域ケアプラザでは、デイサービスや高齢者サロン、子育てや障がい者支援サークルなどにおいて、運営をお手伝いしていただけるボランティアさんを募集しています。

お問い合わせは、港南台地域ケアプラザ

☎045-834-3141 担当:榊原・多田

