

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6月発行

デイサービス リニューアルオープン! 地域密着型通所介護

ちいきみ っちゃくが たつうしょかいご



ひろ～い浴室にはリフトも完備



ここに来るとついつい笑っちゃうのよね!



ボールを使ってストレッチ

港南台地域ケアプラザでは、6月より通常規模型（定員25人）から地域密着型（定員18人）にデイサービスが変わります。

デイサービスとは？

機能訓練や健康チェック、入浴、食事、その他日常生活上のサービスが受けられる日帰り介護サービスとなります。

地域密着型とは？

定員18人以下になるため、小規模で温かい雰囲気大切に、よりきめ細かなサービス提供が可能となります。

港南台地域ケアプラザでは、お楽しみ企画として毎月第3週に“デザートウィーク”を開催します！ご利用者さんと一緒におやつ作りをお楽しみいただきます。

6月「果肉たっぷりフルーツチェ」、7月「フルーツパフェ」、8月「かき氷」、9月「パンケーキ」を予定しています。



お誕生会はみんなで祝い!



サイクルマシーンで
下肢筋力アップ!

～デイサービスご利用者さん募集中～

介護保険認定を受けられた方（要介護1～5）が対象 *要支援は応相談
入浴・食事・運動・送迎ありの一日型デイサービス（9:30～16:35）
見学受付中 お気軽にお問い合わせください（直通 TEL: 834-3170）



認知症の方を介護されているご家族が集まり、日頃介護されている中での悩みや経験を話し合う「認知症家族のつどい」を開催しました。

参加者からは、通じ合える機会があることはありがたいと感想をいただきました。他者の話に対し、自分の体験談を話したり、お互いがアドバイスをするなど参加者同士で交流もされていました。

次回は7月18日(木)10:30~12:00に開催いたします。



地域包括支援センター 高橋・今岡・稲垣・宮部



こもればいカフェへ行ってみよう♪

サービス B(横浜市介護予防・生活支援補助事業)

いつまでも自分らしく生き生きと過ごす為に、港南台タウンカフェで行う高齢者介護予防プログラムと一緒に楽しいひと時を過ごしましょう!!

【開催日】毎週月曜日 午前の部 9:30~12:30
午後の部 12:30~15:30

【対象】要支援 1.2 の認定を受けた方
(※要支援認定を受けていない方も参加可)

【プログラム】体操・折り紙・ギター演奏会・サロン等

【参加費】300円~/1プログラムごと

【お問い合わせ】港南台タウンカフェ ☎832-3855
(港南台 4-17-22 キタミビル 2F)
または港南台地域ケアプラザ



▲おりがみ教室



▲ひだまりサロン

こんな方にお薦めです!!

- ◆地域の人と一緒に楽しみたい
- ◆すでに利用の介護保険サービスに加えて活動を増やしたり、自分の楽しみを見つけたい。



コミュニティカフェ【icocca】

日野南にもあります♪

いこっかぷらす(通いの場)

【火曜日】第1週「回想法」 第2・4週「ストレッチ」
第3週「おしゃべりミュージック」

【水曜日】毎週「ストレッチ」

- ◆開催日/火曜・水曜 9:30~12:30
- ◆参加費/300円 + ランチ 660円
- ◆会場/日野南 6-29-17

※バス停:野村港南台またはつつじヶ丘

【お問い合わせ】 icocca(☎367-9895)
または日野南地域ケアプラザ(☎836-1801)



生バンド de 歌声サロン

4月6日(土)に開催しました!

みらくる☆甚平さんによる「歌声サロン」を開催しました。I部・II部で分かれ1時間30分ずつで実施しました。当日は関係者含め、総勢59名の方がご参加し、「生演奏が聴けて良かった! 素敵な歌声を届けてくれてありがとう」といった感想をいただきました。

次回は7月6日(土)に開催します! ご予約は開催の1か月前からになります。詳しい内容につきましては、チラシ等でお知らせします。



これからのイベント

※講座は事前予約になります

※持ち物:上履き、靴入れ

※参加料は無料です

土足厳禁!

子育てサロン ぴよんぴよん!

先着
15組

- ◆日時:令和6年7月10日(水)
10:00~11:15
- ◆会場:港南台地域ケアプラザ 多目的ホール
- ◆対象:0歳児~未就学児とその保護者
- ◆申込:6月11日(火)から
電話か来所にて受付

- ◆内容:お友達づくりや情報交換など、
気ままな集いの場となっています。
お気軽にご参加ください!

認知症家族のつどい

- ◆日時:令和6年7月18日(木) **予約受付中**
10:30~12:00 **先着
10名**
- ◆会場:港南台地域ケアプラザ
ボランティアコーナー
- ◆対象:認知症の方の介護をしているご家族
- ◆アドバイザー:認知症の人と家族の会
有泉 圭子 氏

- ◆内容:認知症の方を介護しているご家族が
集まり、日頃の悩みや経験を話し合
います。

とまとこども食堂

- ◆日時:令和6年7月5日(金)
17:30~18:30
- ◆会場:港南台地域ケアプラザ
多目的ホール
- ◆対象:地域にお住まいの親子
※大人は保護者、付き添いの人に限定



- ◆内容:地域の人や支援団体から寄付された
食材を配布します。
※数に限りがあるため、なくなり次第終了となります。

復活!

「蓄音機音楽鑑賞会」を開催します!

- 日時:7月27日(土) 14時00分~15時30分
- 会場:港南台地域ケアプラザ 多目的ホール
- 講師:ヨコハマ蓄音機音楽鑑賞会 八木 義之氏
- 持ち物:水分補給のための飲料水
- 申込:6月3日(月)から 事前予約制(電話か来所にて受付)
- 内容:講師による楽曲紹介等を交えながら、当時のレコード盤を
使って、音楽鑑賞をします。ぜひ、お越しください!

先着
20名



一緒に働く仲間を募集しています!

地域包括支援センター 主任介護支援専門員

お問合せ先:045-834-3141
(担当:川端・高橋)

まずはお気軽にご連絡ください。
皆さまからのご応募お待ちしております!!

■勤務時間:①8:45~17:20 ■勤務日:シフト制
②12:25~21:00(月2~3回程度)



ケアプラカレンダー

6月1日～6月30日

施設点検のお知らせ
6月17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
						★ 6月1日 1歳児学級 【すずめ】③ (10:00～) 会場:港南台地区センター体育館
6月2日	★ 6月3日	★ 6月4日	6月5日	★ 6月6日	6月7日	★ 6月8日
	歯のほのほの相談室 (14:30～)	みち草 (13:30～)	健トレ④ (10:00～)	ぺんぺん草の会 (10:10～)	とまと こども食堂 (17:30～) ※お食事の提供はありません	
6月9日	★ 6月10日	★ 6月11日	6月12日	★ 6月13日	6月14日	★ 6月15日
まろにえカフェ ぶらっと♪ (10:00～)		1歳児学級 【すずめ】④ (10:00～) ほっとカフェ (13:00～)	ぴよんぴよん (10:00～) そよかぜ南の家 パン販売 (11:30～)	ぺんぺん草の会 (10:10～)		
6月16日	6月17日	★ 6月18日	★ 6月19日	★ 6月20日	6月21日	★ 6月22日
	施設点検日 	1歳児学級 【すずめ】⑤ (10:00～) 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～)	ないと くるーず (18:00～)	
6月23日	★ 6月24日	★ 6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	★ 6月29日
	赤ちゃん教室 (10:00～) そよかぜ南の家 パン販売 (11:30～) 歯のほのほの相談室 (14:30～)		そよかぜ南の家 パン販売 (11:30～)	子育て まち育て塾 (10:30～)		
6月30日						

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

★18～21時(夜間枠)に施設予約がない場合、18時に閉館



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

