



# 洋光台地域ケアプラザ自主事業のご案内

子育て・介護などで誰かをケアしている方や暮らしを楽しみたい方に向けて自主事業を行っています。

## 親子の交流スペース ぷらっと

開催日：毎週月曜日  
 時間：10:30~12:00  
 会場：ケアプラザ 多目的ホール  
 対象：0~3歳児と保護者  
 定員：15組  
 内容：親子で過ごす、出入り自由の交流スペースです  
 パパやじいじ・ばあばの参加もお待ちしております

## 布おもちゃdeあそぼう

開催日：奇数月の第2火曜日  
 時間：10:30~12:00  
 会場：ケアプラザ 多目的ホール  
 対象：0~3歳児と保護者  
 定員：先着8組  
 内容：「ちくちく」さん手作りの布おもちゃを使って遊びましょう

## 介護者のつどい アンサンブル

開催日：原則毎月第4木曜日  
 時間：13:30~15:00  
 会場：ケアプラザ 地域ケアルーム  
 対象：過去・未来・現在の介護者  
 内容：介護者同士、つらいことやうれしいこと、成功談や失敗談など話してみませんか？

## 小説読書会

開催日：奇数月の最終水曜日  
 時間：13:00~15:00  
 会場：ケアプラザ ボランティアコーナー  
 定員：10名  
 持ち物：紹介したい本数冊  
 内容：本を通して、自分の思いを共有したり深めたりできる場です

## ちくちく

開催日：毎月第二・三火曜日  
 時間：10:00~11:30  
 会場：ケアプラザ ボランティアコーナー  
 定員：12名程度  
 持ち物：糸切りハサミ  
 内容：子育て事業で使用する布おもちゃやクッションなどのケアプラザ備品をみんなで作ります

## 野菜づくりサポーター

開催日：毎月第三火曜日  
 時間：10:00~11:30  
 会場：ケアプラザ テラス等  
 内容：ケアプラザのミニ畑やプランターを使用して、野菜作りをしています

facebookページやLINE公式アカウントにて、自主事業のご案内を随時行っています  
ぜひ、登録をしてご活用ください



とても便利よ～  
使ってみてね!!



- :どなたでも
- :子育て
- :介護
- :要申込み

### アクセス

〒235-0045 神奈川県横浜市磯子区洋光台6-7-1

公共交通機関でお越しの場合

- ・JR洋光台駅 徒歩12分
- ・市営バス45/107系統 洋光台第四小入口 下車
- 111系統 洋光台5丁目 下車
- 45系統 洋光台6丁目 下車



### 横浜市洋光台地域ケアプラザ

発行：洋光台地域ケアプラザ 所長 小島 順 (令和3年10月1日)

[TEL]045-832-5191 [FAX]045-832-5138

[e-mail]youkoudai-cp@y-chojukai.or.jp

[開館時間]9:00~21:00 (日祝日のみ17:00閉館)

※新型コロナウイルス感染の状況により変更場合があります。

[休館日] 毎月第3月曜日 年末年始(12/29~1/3)



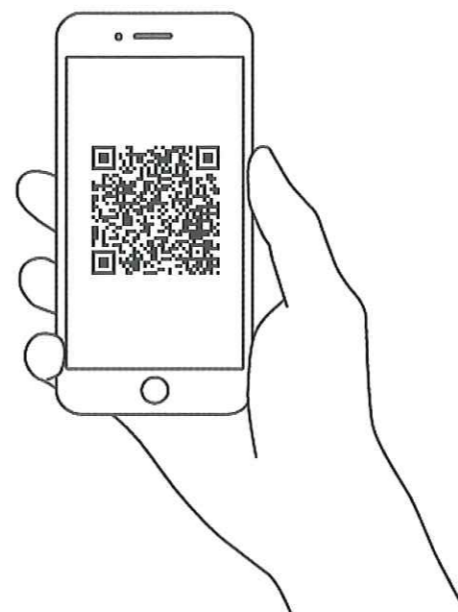
# 洋光台 地域ケアプラザ通信

## 秋号

10月11月12月

# LINE

### 公式アカウントはじめました



#### お友だち登録方法

[友達登録]→[QRコード]  
→上のQRコードを読み取る

## 洋光台地域ケアプラザ通信

### 紙面タイトル募集



より親しみやすくわかりやすい紙面を目指し、令和4年1月よりリニューアルすることになりました。それに合わせ、「洋光台地域ケアプラザ通信」の紙面タイトルを付与することとし、皆さんから募集します。洋光台地域ケアプラザらしい紙面タイトルについて、多くの方のご応募をお待ちしております。

- ◆応募方法
  - ・窓口、公式LINE、FAX、メールに「紙面タイトル」と「名付けた理由」をご記入の上ご応募ください
  - ・応募はおひとり1作品とします
  - ・お名前、ご住所、連絡先(お電話番号かメールアドレス)をお書き添えください
- ◆応募期間  
令和3年11月7日(日)まで
- ◆審査
  - ・ケアプラザ職員と利用者の皆さまの選考により決定します
  - ・決定した紙面タイトルの著作権などの一切の権利は洋光台地域ケアプラザに帰属します
- ◆その他
  - ・紙面タイトルが採用された方には記念品をお贈りします
- ◆応募先・問合せ
  - ・洋光台地域ケアプラザ(洋光台6-7-1)
  - TEL:045-832-5191 FAX:045-832-5138
  - メールアドレス:youkoudai-cp@y-chojukai.or.jp

## 講座報告

### シニアライフ講座「はじめての老い支度」



7月6日(火).13日(火).31(土)の3日間開催し、延べ58名の方が参加されました。



“施設の特徴がわかった” “家族に迷惑を掛けないために、自分の状況を把握し準備する事が必要だと感じた” 等感想をいただきました。好評だったため、来年度も開催予定です。



### お知らせ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大にともない当面の間、自主事業カレンダーの掲載は見合わせます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

# スイッチON磯子第4期計画 (令和3年～7年度) がスタートします!

(磯子区地域福祉保健計画)

## スイッチON磯子って?



「スイッチON磯子」(磯子区地域福祉保健計画の愛称)は、磯子区に暮らすすべての人が生まれる時から人生を終えるまで、その人らしく幸せに暮らしていくための計画です。私たち一人ひとりや家族、地域、団体、施設、公共機関などが、それぞれできることにみんなで取り組み、基本理念の実現を目指していきましょう!



## 第4期計画ってどんな計画なの?

スイッチON磯子 第4期計画は、次の基本理念と3つの基本目標のもとに策定されています。

- ◇基本理念  
「誰もが幸せに暮らせるまちをみんなでめざす」
- ◇基本目標Ⅰ  
「共に支えあうお互いさまのまち」  
・みんなが地域とつながる機会がある など
- ◇基本目標Ⅱ  
「自分らしく健やかに暮らせるまち」  
・好きなことやできることを生かして、自分らしく暮らしている など
- ◇基本目標Ⅲ  
「多様性を認めあい活動が広がりつながりのあるまち」  
・自分のことも周りの人のことも認めあえる など

## 誰が作った計画?

自治町内会会長さんやPTAの役員さんなどさまざまな団体の皆さんと協力して作成しました!



区役所・区社会福祉協議会・地域ケアプラザが中心となって取り組む「区全域計画」と、地区連合町内会単位で住民が主体となって取り組む「地区別計画」で構成されています。



スイッチON磯子第4期計画の詳細などはこちらのホームページでチェック!

スイッチON磯子第4期計画



計画の詳細が掲載されている冊子をケアプラザや区役所(1階、4階窓口)などで配布しています。

磯子区地域福祉保健計画の案内役「梅さん」

## 洋光台地区計画

スローガン

こんにちは! 笑顔の行き交う洋光台!



### 支え合いの推進

#### 人と人との心のつながりを絶やさない街に

- ・感染症の影響下でも”あなたのことを気にかけている”ということをお互いに伝え、安心して暮らせる洋光台にしよう。
- ・子どもから大人まで地域みんなが基本のあいさつを大切に、声かけをしよう。

### 健康づくりの推進

#### 楽しく健康づくりを行います

- ・自然の中で体を動かす! 朝一番に集まる! などの工夫をしよう。



洋光台フィットネス



毎朝のラジオ体操



グランドゴルフ

### 子どもを支える

#### 洋光台で良い思い出が作れるような取り組みをします

- ・子ども達が多様な経験をすることで、感動を与えることができる取り組みを考え、活動をしよう。
- ・子どもに関わる機関や子どもを支える活動をしている団体などの繋がりを活かして、子どもが抱える課題や困りごとを地域で解決していこう。



プレイパーク

### 活動を広げる

#### 1人でも多くの仲間を増やします

- ・お互いに積極的に声かけをし、誰でも気軽に参加できるようにしよう。
- ・様々な人が話し合える場を設け、地域に何が必要かを捉えながら、繋がる方法を考えよう。

#### 参加者が主体的になれる活動を展開します

- ・一人一人ができることや得意なことを活かせる活動にしよう。

#### 洋光台で行われている活動や施設を活用し、交流を広げます

- ・自治町内会館、CCラボ、公園、ケアプラザ、コミュニティハウス…などを活用して洋光台の活動の繋がりを深めよう。