



洋光台地域ケアプラザ自主事業カレンダー

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。

7月

- 2(金)** 認知症&予防カフェ えんがわ
〈時間〉13:30~15:30
〈会場〉中央団地集会所
- 4(日)** 歌声喫茶
〈時間〉13:30~15:30
- 5(月)** 親子の交流スペース ぱらっと
〈時間〉10:30~12:00
〈対象〉0~3歳児と保護者
- 6(火)** シニアライフ講座 はじめての老い支度
〈時間〉10:00~12:00
〈内容〉老人ホームの基礎知識
〈対象〉洋光台近隣在住の方
- 6(火)** あおぞらぱらっと
〈時間〉10:00~11:30
〈会場〉洋光台北公園
- 7(水)** ほほえみ体操
〈時間〉13:00/14:30
- 9(金)** ボクらのピース
〈時間〉16:00~17:30
- 12(月)** 親子の交流スペース ぱらっと
- 13(火)** 地域活動ネットワーク・洋光台 わっふる
〈時間〉10:00~12:00
〈会場〉CCラボ

- 13(火)** シニアライフ講座 はじめての老い支度
〈内容〉葬儀のあれこれ
- 14(水)** ほほえみ体操
- 15(木)** YFサロン
〈時間〉10:00~12:00
〈会場〉CCラボ
- 16(金)** あおぞらぱらっと
〈会場〉洋光台駅前公園
- 19(月)** 親子の交流スペース ぱらっと
- 21(水)** ほほえみ体操
- 22(木)** シニア向け スマホ講座
〈時間〉①10:00~12:00
②14:00~16:00
〈内容〉スマホ入門編
〈会場〉CCラボ
- 26(月)** 親子の交流スペース ぱらっと
- 28(水)** ほほえみ体操
- 29(木)** シニア向け スマホ講座
〈内容〉LINE体験編
〈会場〉CCラボ
- 29(木)** 介護者のつどい アンサンブル
〈時間〉13:30~15:00
- 31(土)** シニアライフ講座 はじめての老い支度
〈内容〉遺言・相続講座

8月

- 1(日)** 歌声喫茶
- 2(月)** 親子の交流スペース ぱらっと
- 10(火)** 地域活動ネットワーク・洋光台 わっふる
- 16(月)** 親子の交流スペース ぱらっと
- 19(木)** YFサロン
- 23(月)** 親子の交流スペース ぱらっと
- 24(火)** 出前サロンえんがわ
〈時間〉13:00~15:00
〈会場〉北団地集会所
- 26(木)** 介護者のつどい アンサンブル
- 27(金)** ボクらのピース
- 30(月)** 親子の交流スペース ぱらっと

9月

予定が決まり次第、facebookや窓口等でお知らせします！

自主事業の詳細は…
facebookページや
こちらのQRコードから
チラシをご覧ください。



☺ ケアプラザ協力・後援事業

洋光台

地域ケアプラザ通信

夏号

7月8月9月



洋光台地域ケアプラザ facebookページ更新中

よみもの



スマートフォンの読み上げ機能を使うと「コエ」で聴くことができます。



イベント情報



QRコードを読み込んでアクセス！



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7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に場合があります。

[休館日] 毎月第3月曜日 年末年始(12/29~1/3)



「よこはまウォーキングポイント」に歩数計アプリで参加しよう！

スマートフォン向け歩数計アプリを使って、日常生活の中で、気軽に楽しく健康づくりに取り組めます。

歩数計アプリではこんなことができます！

- 1 歩数データの確認、ランキングやウォーキングコースの表示、抽選、寄付ができます。
- 2 市内各所を回ることによって、スタンプ(画像)がもらえるスタンプイベントに参加できます。
- 3 マップに紹介したいスポットやグルメ写真などの投稿ができます。
- 4 達成すると協賛企業のクーポンが獲得できるミッションも随時開催しています。



消費者被害・社会参加アンケート結果

実施主体：洋光台地区消費生活推進員、洋光台地域ケアプラザ

今回はネットでもアンケートを回答できるようにQRコードを採用したことで、比較的若い方にもアンケートに回答していただきました。また、高齢の方にもスマホが普及している現状を把握することが出来ました。

自由記述欄にも熱心な回答が多く、生の声を消費者被害コラムとして今後定期的に情報を発信していく予定です。

QRコードですべての項目について閲覧が可能です。

全体の集計結果は
QRコードを読み込むと
閲覧できます！



回収率
38.3%

	配布世帯数	用紙回答	ネット回答	全回答数
峰洋自治会	320	57	42	99
六街区自治会	650	248	27	275
六丁目南自治会	240	57	33	90
合計	1210	362	102	464

● 消費者被害コラム① ●

次の被害者を出さないために！私も騙されるかもしれない！



Aさん

うっかり架空請求メールを開いてしまい、色々と警察に聞かれるのではと気を回しているうちに、思考が停止したように早く支払いをすれば戻るといふし、でも何か変だ、買ったこともないし、でも…少額だから(自分には大金だけど)とコンビニで犯人の言う通りにプリペイドカードで支払いました。

① 誰でも被害者になりうる！

被害に遭った人の8割は「まさか自分が騙されるとは思っていなかった」と言います。Aさんも、普段は注意深かったのに、オレオレ詐欺は無視できたのに、うっかり架空請求の被害に遭ってしまいました。自分も被害者になるかもしれない、例外ではないと知ることが、被害防止への一歩になります。

② 相談することは「社会貢献」

だれでも騙されることがあるので、万一被害に遭っても、恥ずかしいことはありません。むしろ貴重な情報提供者として、諦めず相談しましょう。相談することであなたの被害救済だけでなく、さらなる消費者被害を防止することができます。あなたが相談することは、消費者被害のない健全な社会を創ることにつながるのです。

③ 相談されたときの心得

もしあなたが相談されたら「よく相談してくれましたね」という気持ちで話を聞き、適切な相談機関につなげましょう。特に身内の場合は、つい責めてしまいがちです。責めたり、怒ったりしたら二度と相談してくれず、更に被害に遭う恐れがあります。注意しましょう。



消費生活アドバイザー

地域包括支援センターからのお知らせ

アンサンブル～介護者のつどい～

介護についての悩みや不安は尽きないものです。一人で抱え込まず、同じ介護者同士、つらいことや嬉しいこと、成功や失敗談など話してみませんか？話をすることは、気持ちの整理にも役立ちます。ぜひお気軽にご参加ください。

日程：毎月第4木曜日（7.9月は第5木曜日）
2021年7/29.8/26.9/30.10/28.11/25.12/23
2022年1/27.2/24.3/24

時間：13:30～15:00

会場：洋光台地域ケアプラザ

- ◆事前のお申込みは不要です。1回のみのご参加も歓迎です。
- ◆ご本人と一緒にお越しの場合は、別室にて対応いたします。事前にご連絡ください。



出前講座 認知症サポーター養成講座

「認知症サポーター」は、認知症について正しく理解し、自分のできる範囲で、認知症の人やその家族を見守り支援する「応援者」です。認知症と対応の仕方について学びませんか？

対象：自治町内会、職場、学校、グループなど
場所：自治町内会館、職場、学校などに出向きます
時間：30分、1時間、1時間30分
費用：無料



ヘルプマークを知っていますか？



配慮を必要としている方のためのヘルプマークの普及に取り組んでいます。

「ヘルプマーク」は義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、または妊娠初期の方など、外見からわからなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう、作成したマークです。

ヘルプマークはケアプラザや区役所の窓口などで配布しています。

