



皆さま、新年あけましておめでとうございます。

2020年、2021年と丸2年間、新型コロナウイルスの影響下での生活という、特殊な状況となりました。地域の行事が縮小・中止となり、外出や交流が制限されたり控えたりしているうちに、これまで積み上げてきたもの、つながりや経験や体力などが弱まってしまいました。その一方で、コミュニケーションのオンライン化やセルフレジの普及など、社会全体が急速に変化しています。

洋光台地域ケアプラザも、『第4期地域福祉保健計画』の3つの基本目標、・支え合い、・健やかな暮らし、・多様性を念頭に置いて、弱くなったものを一から積み上げていくように、地域の皆さまと一緒に洋光台のまちづくりに取り組んでいきます。

新たな変異株が見つかったりと、未だ予断を許さない状況ではありますが、2022年が明るい年となりますように。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

所長 小島 順

洋光台地域ケアプラザ通信のあたらしい紙面タイトルが決定しました!!



紙面タイトル応募者
洋光台在住の中村さま

【決定紙面タイトル】

キラッと

【理由】

洋光台の町名の由来を調べたら「海から昇る朝日がきれいだ。と工事関係者の間で話題になったことからきている」ということでしたので、そこからキラキラと輝くイメージで発想しました。さらに「キラッと輝く笑顔がある場所」としての未来イメージもあわせています。

令和4年4月より「洋光台地域ケアプラザ通信」は「キラッと」へと生まれ変わります。そして、発行頻度を2か月1回とし、より親しみやすくわかりやすい紙面を目指します。紙面タイトルへのたくさんのご応募、ありがとうございました。



地域デビュー講座～地域への扉を開こう！新たな仲間とつながろう～
ケアプラザにお休みベンチを作りました！



地域でのつながりの大切さをテーマに、まち歩きや実践者に会う、魅力の再発見などを通して、仲間づくりを進め、新たなネットワークを立ち上げました。そのネットワークのメンバーで11/27（土）に掲示板の前にお休みベンチを作製しました。散歩の途中でご利用ください。今後もご縁を大事にしながら、ひと×もの×ことづくりを育んでいきます。



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。

洋光台地域ケアプラザ 自主事業・催しのご案内

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

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

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

共読講座

- ①共読の魅力を体験しよう！
 - ②テーマにあった本を持参して共読してみよう！
- テーマ：【健康】【旅】【雪】

開催日：①令和4年2月5日(土) 10:00~11:30
 ②令和4年2月19日(土) 10:00~11:30
 会場：ケアプラザまたはオンライン(zoom)
 定員：先着20名
 内容：感動した本や面白い本に出合ったときに、誰かに伝えたいと思ったことはありませんか？新しいやり方での、今まで以上に楽しい読書会の入門講座です。

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



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

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 2階
 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？

お花見ウォーキング

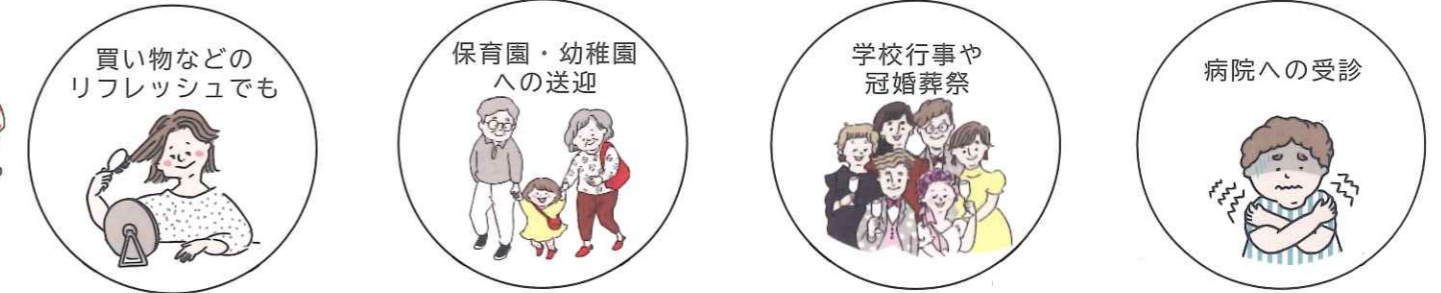
開催日：令和4年3月26日(土)
 ※雨天時、翌日27日(日)へ順延
 集合：洋光台駅前
 内容：後日詳細をチラシでお知らせします

- :どなたでも
- :子育て
- :介護
- ☎:要申込み
- 📺:オンライン配信

地域のみなさんで
 お子さんをお預かりします！

横浜子育てサポートシステム 入会説明会

「子どもを預かってほしい人」と「子どもを預かれる人」が会員として登録し、地域ぐるみで子育てを応援する制度です。ご興味のある方はぜひご参加ください。



開催日：令和4年2月17日(木) 10:30~※所要時間30分程度
 会場：ケアプラザ ボランティアコーナー
 対象：お子さんを預けたい方(生後57日~小学生6年生)
 お子さんを預かりたい方
 問合せ：045-750-1405 (横浜子育てサポートシステム 磯子支部)



ほほえみ体操
 猪股 久子先生

11月26日(金)に磯子区社会福祉大会が行われ、区内の社会福祉の増進に功績があった方として、猪股 久子先生が表彰されました。猪股先生は平成17年よりほほえみ体操や元気づくりステーションの講師として活躍されています。また、洋光台オリジナル体操「洋光台フィットネス」を地区社協や保健活動推進員の皆さんと考案し、現在も月2回YFサロンを開催しています。猪股先生は今回の受賞に際し「皆さんと体操やレクダンスをすることが元気で暮らす源であり生きがい」と笑顔でお話されていました。

磯子区地域福祉保健計画 (スイッチON磯子)

洋光台地区の活動紹介 「歌声喫茶」

月1回洋光台地域ケアプラザを会場に、ピアノの伴奏に合わせてみんなで一緒に歌っています。コロナ禍のため、間隔を広げ人数を制限していることもあり、毎月キャンセル待ちが出るほどの人気です。練習は必要なく、自分の歌える曲を好きに口ずさむスタイルが人気の秘訣のようです。また、休憩中のおしゃべりも好評です。



計画の詳細は...
 こちらから

スイッチON磯子



洋光台誕生50周年 記念式典

コロナ禍により延期されていた洋光台誕生50周年を祝う周年式典が11月28日(日)、洋光台第一小学校の体育館で開かれました。式典では武内実行委員長の開会の辞で幕を開け、三上会長より洋光台誕生からこれまでの50年間を振り返り感慨深く主催者としてのあいさつを結びました。さらに猪股区長からの祝辞、これまで洋光台へ貢献された19名の方への感謝状の授与と続きました。最後に難波江副実行委員長の閉会の辞で幕を閉じました。



地域包括支援センターからのお知らせ

講座報告

秋の介護予防連続講座「歩こう会」



10月21日、11月4日、11日、18日の4日間開催し、延べ44名の方が参加されました。ウォーキング、口腔ケアの話、栄養の話など、楽しく元気に過ごすためのヒントが満載でした。皆さんの歩く姿が美しくなり、身体も楽になった！と大好評でした。

未来に備える

もしも手帳

～3つの質問で「もしも」のときに備えよう～



もしも治らない病気になったら。もしも自分の言葉で、気持ちを伝えられなくなったら。

「もしも手帳」はそんな「もしも」のときのために、かんたんな3つの質問に答えるだけでどのような医療やケアを望んでいるかを伝えられる手帳です。「もしも」はいつ訪れるか、誰にもわからないもの。元気なうちに「あなたの望みや考え」を書き残しておくことで、あなたの大切な人があなたに代わって医療・介護スタッフなどに伝えることができます。今のあなたならどう思うのかを考えたり、家族や大切な人と話し合ってみてください。

「もしも手帳」は保険証・診察券ケースと一緒にケアプラザや区役所の窓口などで配布しています。



facebook



LINE



facebookページやLINE公式アカウントにて、洋光台地域ケアプラザに関わるお知らせや自主事業のご案内を随時行っています。この機会にぜひ登録をしてご活用ください。登録方法がわからない方は窓口にてお問い合わせください。



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4年1月4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)

