



地域ケアプラザでボランティア活動しませんか？

新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止しておりましたがボランティア活動の受け入れを再開しました。

【デイサービス】

- ・ご利用者の囲碁・将棋・トランプの相手やドライヤーかけ等
- ▶毎週月～土曜日 10:00～16:30のご都合の良い時間



【子育て】

- ・お子さんの見守りや遊び相手、絵本の読み聞かせ

「ベビーぷらっと」… 1歳未満児対象

▶毎週第1月曜日10:30～12:00

「ぷらっと」… 未就園児対象

▶毎週第2～5月曜日10:30～12:00

「Sundayぷらっと」… どなたでも

▶毎週第4日曜日10:00～11:30



【ボクらのピース】

- ・障がいのある参加者と一緒に調理と交流
- ▶毎月第1土曜日 10:00～14:00



65歳以上の横浜市民の方は、
地域ケアプラザ・介護施設等でボランティア活動を行
うとポイントがたまり、寄付・換金ができる
横浜市の制度「よこはまシニアボランティアポイント」
ご活用いただけます。是非ご登録ください。



特別な資格は不要です。ご希望に応じて、地域での活動の紹介等も行っています。
お問い合わせは洋光台地域ケアプラザ地域交流担当 澁谷・細野まで

夏野菜がたくさん採れました

2階ベランダのプランター等で「野菜づくりサポーター」の皆さんと野菜を育てています。育てた野菜たちは「おにぎりとおかず」「ボクらのピース」などの事業で活用したり、地域の皆さんにおすそわけしています。季節に合わせ、玉ねぎ、ラディッシュ、じゃがいもなども育てています。



なす、きゅうり
ミニトマト、ゴーヤ

活動に興味のある方はお問い合わせください。

あおぞらぷらっと バケツde水あそび開催！



7月27日(木)10:00～11:30

洋光台駅前公園にて水あそびを開催しました。バケツやホースの水を浴びたり、水鉄砲やシャボン玉をしたり…今回は洋光台第二中ボランティア部の生徒さんもお手伝いに来てくださり、とても楽しい時間となりました。

33組69名の参加者の皆様と
ご協力頂いた地域の子育て支援施設の皆様
ありがとうございました！



自主事業・催しカレンダー

親子のひろば、介護者のつどい、高齢者の体操教室などを開催しています。
詳細はお問い合わせください。

- ◎ 色分けの見方
- 子育て
- 介護者のつどい
- 介護予防
- ボランティア
- 障がい
- 多世代交流

月	火	水	木	金	土	日
9月				1	2 ボクらのピース	3 歌声喫茶
4 ベビーぷらっと	5 Y F サロン	6 ほほえみ体操	7	8	9	10
11 ぷらっと	12 ちくちく おにぎりとおかず	13 ほほえみ体操	14	15 洋光台 ちびっこ広場	16	17
18	19 ちくちく	20 ほほえみ体操	21	22	23	24 Sunday ぷらっと
25 ぷらっと	26 おにぎりとおかず サロンえんがわ	27 ほほえみ体操	28 ビューティ講座① アンサンブル	29	30 あおぞらと 芝生と本	

洋光台に移動図書館「はまかぜ号」がやって来ます！
コーヒーやお菓子のキッチンカー、健康チェックブース
などご用意しています。 ※申し込み不要
日時：9/30 ± 10:30-15:00
場所：洋光台北集会所・多目的スペース・芝生広場

月	火	水	木	金	土	日
10月						1 歌声喫茶
2 ベビーぷらっと	3 Y F サロン わっふる	4 ほほえみ体操	5	6	7	8
9	10 ちくちく	11 ほほえみ体操	12 ビューティ 講座②	13	14	15
16 ぷらっと	17 おにぎりとおかず ちくちく	18 ほほえみ体操	19	20 洋光台 ちびっこ広場	21	22
23 ぷらっと	24 サロンえんがわ	25 ほほえみ体操	26 ビューティ講座③ アンサンブル	27	28	29
30 ぷらっと	31					

大人のビューティ講座 開催します！

家庭用品や化粧品でお馴染みの「花王グループ」にご協力を頂き
美や健康に関するセミナーを開催します！女性に限らず、ご興味のある方は是非ご参加ください。
ご参加希望の方はケアプラザまでお問い合わせください。(担当：辻村・細野)



- ① 9/28 (木) 10:00-11:30 スキンケアやメイクのポイントについて学べる「花王ビューティーセミナー」
- ② 10/13(木) 10:00-11:30 楽しくお出かけするためのセルフケアを学べる「お出かけ応援講座～フレイル/頻尿予防～」
- ③ 10/26(木) 10:00-11:30 生活習慣を振り返りながら血圧の基本情報を学べる「GENKI(元気)生活をおくるために-血圧-」

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 下車 徒歩5分

45/107系統 洋光台第四小入口/111系統 洋光台5丁目/45系統 洋光台6丁目

横浜市洋光台地域ケアプラザ

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

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

[休 館 日] 毎月第3月曜日 年末年始(12/29~1/3)



ホームページ

