



「あおぞらと芝生と本」開催しました

9月30日(土)10:30~15:00 洋光台北団地にて「あおぞらと芝生と本」を開催しました。
約500名の地域の皆様にご来場いただきました！次のイベントも楽しみにしてくださいね。

約3000冊の本を積んだ
移動図書館「はまかせ号」が
やってきました。
親子で絵本を読んだり、
借りる本を真剣に選ぶ姿が
みられました。



北団地集会所の中では、
あおなみ在宅看護リハビリステーションの
看護師さんと理学療法士さんによる
健康相談チェックブースを行いました。



洋光台に3か所設置されている
「団地のライブラリー」が集結。
木陰にレジャーシートを広げて
読書を楽しんでいる方もいました。



「パルクール」という
体を動かす遊びが出来たり、
電車を走らせたり、親子で
まったり遊べるスペースが展開！



主催：横浜市洋光台地域ケアプラザ・UR都市機構

協力：あおなみ在宅看護リハビリステーション・コミュニティカフェまる然・ポーネルンド・まちまど-洋光台まちの窓口- 横浜中央図書館

お子さんを預かる 「子サポ」提供会員募集中

地域ぐるみで安心して子育てできる環境を作る
ことを目的とした、会員制の有償支え合い活動
「横浜子育てサポートシステム(通称：子サポ)」
という仕組みがあります。磯子区では特に
お子さんを預かる人(提供会員)が不足しています。

子育ての経験がある方・少しの空き時間を活用したい
方・何か子どもと関わるお手伝いがしたい方は
是非お問い合わせください。

- 資格不要
- 入会説明会・事前研修会があります



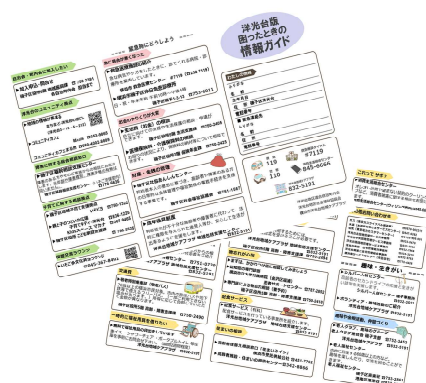
詳細は
こちら



問合せ：横浜子育てサポートシステム磯子区支部 ☎750-1405

困ったときの情報ガイド 改訂しました

洋光台地区連合自治町内会・洋光台地区社会福祉
協議会・洋光台地域ケアプラザで発行をしている
「洋光台版 困ったときの情報ガイド」の
改訂第3版が完成いたしました。
緊急時や悩みごとの相談窓口を見やすく一覧に
しております。ケアプラザ窓口にて
配架しておりますので、是非お持ちください。



PDFは
こちら



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
11月 		1 ほほえみ体操	2	3	4 ボクらのピース	5 歌声喫茶
6 ベビーぷらっと	7 Y F サロン	8 ほほえみ体操	9	10	11 椅子ヨガ	12
13 ぷらっと	14 わっふる ちくちく おにぎりとおかず	15 ほほえみ体操	16 アンサンブル	17 洋光台 ちびっこ広場	18	19
20 ぷらっと	21 ちくちく	22 ほほえみ体操	23	24	25	26 Sunday ぷらっと
27 ぷらっと	28 おにぎりとおかず サロンえんがわ	29	30			

月	火	水	木	金	土	日
12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 わっふる 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 ぷらっと	19 ちくちく サロンえんがわ	20 ほほえみ体操	21	22	23	24
25 ぷらっと	26 おにぎりとおかず	27 ほほえみ体操	28	29	30	31

椅子ヨガ

はじめての方、普段からだを動かさない方、年齢関係なくどなたでもご参加いただけます。
座って行うヨガのため、無理なくカラダ伸ばすことができると毎回好評です。

講師 横井 万里子

早大卒

RYT500認定ヨガインストラクター
解剖学をベースにした丁寧な
指導に定評がある
誰にでも分かりやすく、
身体も心もほぐれるレッスンを
お届けします♪



11月11日(土) 10:15~11:00

場所: 洋光台地域ケアプラザ2階 多目的ホール

定員: 25名 (先着申込制)

参加費: 200円

持ち物: 上履き・飲み物・タオル

申込み: 10月23日(月)10時より電話または窓口にて受付

お申込み・お問合せ: 洋光台地域ケアプラザ ☎ 832-5191

今後の予定

1月13日(土)

3月4日(土)

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

