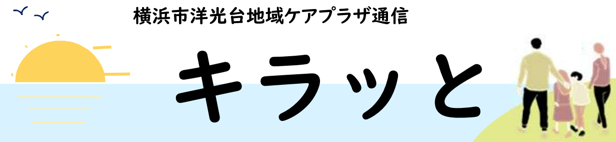
横浜市洋光台地域ケアプラザ通信

キラッと



2025
10月11月12月
発　行：洋光台地域ケアプラザ
発行日：令和７年９月１５日
責任者：小島順
電　話：０４５－８３２－５１９１

参加者募集

RUN伴横浜2025【磯子・港南エリア】

（ラン）（とも）

2025年11月9日㈰午前

「誰もが暮らしやすい地域づくりを」

認知症の方やご家族・支援者を中心に港南・磯子エリアにてリレーをしながら１つのたすきをつなぎゴールを目指すイベントです！洋光台エリアを通過するときに一緒に歩いてくれる方・走ってくれる方を募集します！数メートルの参加も大歓迎です！

スタート　**洋光台地域ケアプラザ**

〈中継地点〉

- 特別養護老人ホーム峰の郷
- ツクイ横浜栗木デイサービス
- グループホーム ニチイのほほえみ洋光台
- SOMPOケア 横浜洋光台 小規模多機能
- 洋光台北団地のカフェ まる然商店　など

(協力)あおなみ在宅看護ステーション

認知症のご本人やご家族
支援者・学生・地域の方々
どなたでも参加OK！

ゴール　**港南中央地域ケアプラザ**

【参加希望・お問い合わせ】
洋光台地域ケアプラザ
☎045-832-5191まで

Q. 走るのは難しいけれど、応援などで参加してみたいのですが…

A. 中継地点で応援をするという参加の仕方もあります。**オレンジ色**(認知症への理解と支援を象徴するシンボルカラー)の応援グッズを作成したという例も。
また、周囲の方に情報をシェアしていただくという応援方法もあります。
無理なく楽しめる範囲でご参加いただければと思います。

RUN伴
公式HP▼

ご存知ですか？
磯子区地域福祉保健計画「スイッチON磯子」地域の皆さんと第5期計画策定に向けたワークショップを行いました！(2025/07/29)

第4期の計画についてはこちら▼

「スイッチON磯子」とは「誰もが幸せに暮らせるまちをみんなでめざす」を基本理念に、区内９地区それぞれの特性を生かした地域活動を推進するための計画で5年ごとに策定されます。
次の5年にあたる第5期計画（2026年4月からの2031年3月まで）の計画策定に向けて【第5期計画の基本目標】を軸に地域の皆さんと日頃の洋光台の現状や活動の振り返りをするワークショップを行いました。計画冊子は3月頃に完成予定です。完成しましたら、是非お手に取ってご覧くださいね。

磯子区地域福祉保健計画の
案内役「梅さん」▶

【第5期計画の基本目標】
Ⅰお互いを認めあい 自分らしく暮らせるまち
Ⅱつながりを通して健やかに暮らせるまち
Ⅲ共に支えあう お互いさまのまち

ＳＮＳのご案内

洋光台地域ケアプラザのご利用についてのお知らせや
自主事業のご案内や活動報告、洋光台に関する情報など
各SNSにて随時更新しています。この機会に是非ご活用ください♪
※登録方法が分からない方は窓口までお気軽にお問い合わせください。

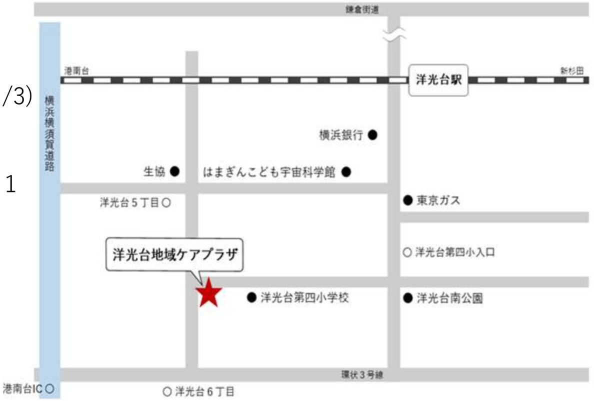
ホームページ	公式LINE	Instagram

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)

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



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。
詳細はお気軽にお問い合わせください。

◎ **色分けの見方** ●子育て ●地域包括支援センター ●介護予防 ●ボランティア ●障がい ●多世代交流

☎… **要予約**

10月

月	火	水	木	金	土	日
		1 ほほえみ体操	2	3	4	5 ☎ わくわく体操 歌声喫茶
6 ベビーぷらっと	7 YFサロン	8 ほほえみ体操	9	10	11	12
13	14 わっふる ちくちく	15 ほほえみ体操	16	17 洋光台ちびっこ広場 （一丁目町内会ふれあい会館）	18	19 ☎ わくわく体操
20 ぷらっと	21 ちくちく	22 ほほえみ体操	23 アンサンブル	24	25	26
27 ぷらっと	28	29	30 YFサロン	31		

11月

月	火	水	木	金	土	日
					1 ☎ ボクらのピース	2 ☎ わくわく体操 歌声喫茶
3	4 YFサロン	5 ほほえみ体操	6	7	8	9 RUN伴 いのちのはなし
10 ぷらっと	11 わっふる ちくちく	12 ほほえみ体操 あおぞらぷらっと （洋光台駅前公園）	13	14	15	16 ☎ わくわく体操
17 ぷらっと	18 ちくちく	19 ほほえみ体操	20	21 洋光台ちびっこ広場 （一丁目町内会ふれあい会館）	22	23 こどもフェスタ
24	25	26 ほほえみ体操	27 アンサンブル	28	29	30 ☎ わくわく体操

自主事業の詳細はQRコードからご確認いただけます。
※予定は都合により内容が変更になる場合がございます。
催しの詳細はお問い合わせください。

12月

月	火	水	木	金	土	日
1 ベビーぷらっと	2 YFサロン	3 ほほえみ体操	4	5	6 ☎ ボクらのピース	7 ☎ わくわく体操 歌声喫茶
8 ぷらっと	9 ちくちく	10 ほほえみ体操	11	12	13 ☎ 椅子ヨガ	14
15 ぷらっと	16 わっふる ちくちく	17 ほほえみ体操	18	19 洋光台ちびっこ広場 （一丁目町内会ふれあい会館）	20	21 ☎ わくわく体操
22 ぷらっと	23	24 ほほえみ体操	25	26	27	28
29	30	31				

12/29(月)～1/3(土) 休館になります

開催報告

外遊びを楽しむイベント「**あおぞらぷらっと**」
7月29日(火)に洋光台駅前公園にて水あそびを開催しました。

猛暑の中でしたが、**33組80名**と多くの親子の皆さんにご参加頂きました。水鉄砲やジョウロ、シャボン玉など様々なグッズで大盛り上がり！
洋光台第二中学校ボランティアクラブの中学生のお兄さんお姉さんにも遊び相手をして頂き、とても賑やかな空間となりました。
遊びに来てくださった皆様・ご協力くださった地域の皆様ありがとうございました！

次回のあおぞらぷらっとは・・・
11月12日㈬午前10時半～11時45分(予定)に洋光台駅前公園にて「どんぐり遊び」を予定しています(参加費申込不要) お楽しみに♪

ぷらっと@洋光台地域ケアプラザ

✿ ベビーぷらっと（生後12か月までのお子さん・保護者対象）
　毎月第1月曜日10:30～12:00
✿ ぷらっと（0-3歳までのお子さん・保護者対象）
　毎月第2～5月曜日10:30～12:00