

かるがも通信



第99号

平成31年4月発行

社会福祉法人 恩賜財団 神奈川県済生会

横浜市六浦地域ケアプラザ

発行責任者: 所長 内藤 恵子

横浜市金沢区六浦5-20-2

新年度のスタートから早ひと月、平成から令和へ元号が変わり、陽ざしがまぶしい季節となりました。六浦地域ケアプラザは、地域の皆様のご支援、ご協力のおかげで地域福祉保健の拠点施設として開所から21年目を迎えました。高齢社会の課題は様々で、ますます支援が求められています。こうした課題解決には、まず地域で互いに支えあうことからとされ、その手法の一つ地域福祉保健計画の推進に向けたこの地域の様々な取り組みが着々と展開されています。地域ケアプラザもさらに地域の皆様とともに認知症への対応、生活支援事業構築など課題解決に向けて尽力していきたいと思っております。包括支援センターへのご相談、ケアプラン作成、デイサービスのご利用はもとより、健康づくり、予防講座の開催、このようなボランティアならできると...、ご提案やご意見等遠慮なくお寄せください。

所長 内藤恵子

よこはまシニア ボランティアポイント登録研修会

令和元年にはじめよう

5月24日(金) 10:00~11:30

場所: 六浦地域ケアプラザ
対象: 横浜市民で65歳以上の方
持ち物: 横浜市の介護保険被保険者証
筆記用具、A4の持ち帰り用袋
申込: 来館またはお電話にて



介護施設等でボランティア活動を行うとポイントが貯まり、寄付や換金ができる制度です。健康維持や介護予防、生きがいにもなります!

若草病院出張講座 地域交流事業

転ばない歩き方を学ぼう

要予約
無料

~いつまでも達者で健康で

歩き続けるために~

6月18日(火) 14:00~15:30

講師: 若草病院 リハビリテーション科
主任 理学療法士 糸永祐介氏

場所: 六浦地域ケアプラザ 多目的ホール

対象: 関心のある方 45名

申込: 来所またはお電話にて



子育てサロンふあんふあん

Let's have fun!

えいごdeはらぺこあおむしイベント

5月23日(木) 10:00~11:30

要予約 お子さま20名 参加費無料



子連れYOGA 10:00~10:45

5月30日、6月27日 2回で1,000円

2講座
追加
募集

ベビーマッサージ 11:00~11:45

5月30日、6月27日 2回で1,000円

*2つのレッスンを同日受講することも可能です

リトルbyリトル 10:00~11:30

横浜子育てパートナーがいつもそばに...♡

お子さまを遊ばせながら子育てのお話ができる広場

5月17日(金)、6月3日(月)

出入り自由: 無料



多世代交流カフェ むうたんカフェ



出演:
リラの会(コーラス)

5月13日(月) 13:30~15:00

13:20~受付開始 定員: 70名

どなたでもふらっと寄れる月1回開催のカフェ
演奏や発表も楽しめます♪

参加費: 100円(飲み物とお菓子付き)
場所: 六浦地域ケアプラザ 多目的ホール
*6月は10日(月) 出演: 高舟台民謡会



ゆるキャラ:
むうたん



六浦ボランティアネットワーク



小さなお手伝いができるボランティアを派遣します

- ・外出付添 ・通院付添 ・家事援助 ・話し相手
- ・子守りや見守り等2時間迄1人500円
- (家の中は2人体制)
- ・草取り、木の剪定(高い木対象外)は1時間1,000円
- その他、内容によって金額が変わることがあります
- 活動時間: 月曜日～金曜日9:00～16:00の2時間程度



六浦地域ケアプラザ内高齢者配食・デイサービス 六浦・あけぼの



一緒にボランティアしませんか

- ・お弁当作りやデイのお茶出しやお話し相手など
- ・車の運転(お弁当のお届け、デイサービス
高齢者の送迎)

男性・女性共大歓迎

活動日

配食サービス 第1・4(水)9:00～13:30



デイサービス 第3(水) 9:00～16:00

申込、お問合せはケアプラザへ

地域情報コーナー

コミュニティサロンほっこり

湘南八景自治会館並び(東朝比奈2-2-32)

ほっこりギャラリーはじめました!

5月前半:水彩画 後半:写真 ギャラリー出展者募集中
営業日:月曜日～金曜日 ランチ500円 ☎786-3736 ほっこり

いきいき体操教室

In市営六浦集会所

場所:市営六浦住宅集会所(白梅公園近く)

日時:毎月第3火曜日 14時～15時

講師:ひまわり鍼灸整骨院

柔道整復師 古川先生

参加費:300円 持ち物:飲み物

お問合せはケアプラザへ

やさしい
先生です!



とてもアットホームな教室です!

みんなの ケアプラザ



【お問い合わせ・お申し込み】

横浜市六浦地域ケアプラザ

〒236-0031 金沢区六浦5-20-2

電話 **045-786-8801**

おかけ間違いにご注意ください

新メンバー募集!

晴嵐男声合唱団

楽しい仲間と歌いませんか?

練習日:第1, 3, 4(月) 9:30～12:00

場所:六浦地域ケアプラザ、他

会費:3,500円(別途3月、6月に5千円)

さくらの会(新舞踊り)

一緒に踊りませんか?

体験会:5月25日(土)13:00～14:45

場所:多目的ホール 参加費:無料

持ち物:浴衣、帯、靴下、紐2本(お持ちでない方にはお貸ししますのでお知らせ下さい)



ほっぷすてっぷタッチ

6月11日(火)10:00～11:00

場所:ボランティアコーナー

対象:1歳半～3歳 参加費:800円

グループ遊びのはじめの一步。人見知りやマイペースのお子さんでも大丈夫!親子で楽しく遊んで、心と身体を育もう。



六浦地域ケアプラザのデイサービス

皆様のご利用をお待ちしております



- ・朝、夕ご自宅まで車で送迎いたします。
- ・看護師が毎回健康チェックをいたします。
- ・広い浴槽に介助付きで入れます。(リフト入浴もできます)
- ・嚥下促進、転倒防止の体操も行います。
- ・カラオケ、麻雀、囲碁等お好きな趣味活動も楽しめます。
- ・ボランティアによる歌舞音曲のショーも楽しめます。
- ・季節の行事、季節の御膳の昼食も提供しています。
- いつでも見学できます。(お車で送迎も致します)
- 遠慮なくお越しください。

月～土曜日
9:30～16:35
(送迎時間除く)



ご利用者手作り♥桜のタペストリー

