

ひらど通信

ひらど版

2024年9月号<第287号>

発行 横浜市平戸地域ケアプラザ

住所 横浜市戸塚区平戸2-33-57

TEL 045-825-3462

<http://www.hiruda.or.jp>

ひらど男塾

楽しい講座をとおして「仲間づくり」をしてみませんか！男性対象の3回シリーズの講座です。

【日時・内容】

- ① 10月13日(日)10時~12時
東戸塚の古と今(写真で巡る名所・旧跡)
- ② 10月20日(日)10時~12時
みんなで作ろう「男ごはん」
- ③ 10月25日(金)10時~12時
横浜開港と交通の発達
(終了後に懇親会があります)

※③は金曜日の開催です。

【場所】横浜市平戸地域ケアプラザ 多目的ホール
【対象】男性対象の講座です(3回共参加できる方)
【参加費】②のみ200円 ①③は無料
【持ち物】エプロン マスク 筆記用具
【定員】15名(応募者多数の場合は抽選)
【申込・お問い合わせ】横浜市平戸地域ケアプラザ
【申込方法】電話045-825-3462
【締切】10月7日(月)17時まで
抽選に外れた方のみ10月9日(水)までに連絡します

ベビーマッサージ



【日時】10月27日(日)10時~11時

【場所】横浜市平戸地域ケアプラザ 多目的ホール

【内容】ベビーマッサージ

(マッサージオイルを使った全身のマッサージ)

【講師】村木 雄一氏(日本アタッチメント育児協会
ベビーマッサージインストラクター)

【対象】0歳~1歳半の幼児と保護者

【参加費】無料

【持ち物】バスタオル(2枚)・おむつ等各自必要なもの
おねしょシートまたは小さめのレジャーシート

【定員】8組(応募者多数の場合は抽選)

【申込・お問い合わせ】横浜市平戸地域ケアプラザ

【申込方法】電話045-825-3462

【締切】10月14日(月)17時まで

抽選に外れた方のみ10月16日(水)までに連絡します

介護者のつどいのお知らせ

日頃、ご家族を介護しているなかで不安や悩みを感じることはありませんか？「介護者のつどい」は、在宅で介護をされている方々が集まり、不安や悩みなどを一人で抱え込まずに話し合うことで「ホッ」と一息つける交流の場です。2か月に1回開催しております。

【日時】10月22日(火)
13時30分~15時30分

【場所】横浜市平戸地域ケアプラザ
ボランティアコーナー

【内容】懇談会、情報交換など

【対象】介護者の方、福祉職の方、関心のある方

【申込・お問い合わせ】横浜市平戸地域ケアプラザ
地域包括支援センター 担当：里村

【申込方法】電話045-825-3462

【締切】10月21日(月)まで



平戸地域サポート祭

横浜市平戸地域ケアプラザのお祭り「平戸地域ケアサポート祭」を5年ぶりに開催します。

【日時】9月29日(日)12時~14時(雨天決行)

【場所】横浜市平戸地域ケアプラザ

【販売】

花苗 マフィン
マドレーヌ クッキー
革細工製品
ビーズ製品
紙すき製品 など

【食べ物・飲み物】

焼きそば
ジュース
かき氷 など

キッチン
カーも
来るよ！

【作品展示】

小学生の作品展示



【ステージ】

・映像作品
(境木中学校美術部)
・SDGsの取組の発表
(ZtoA)
・絵本の読み聞かせ
(にじいろえほん箱)

【体験コーナー】

ネームタグ作り
ジャバラのあおむしくん制作
フェイスペイント
お茶会

【お願い】

★施設敷地内は全面禁煙です。
★ゴミは各自でお持ち帰り下さい。
★お車での来場はご遠慮下さい。

【お問い合わせ】

横浜市平戸地域ケアプラザ
TEL:045-825-3462

平戸地区からこんにちは！

平戸地区社会福祉協議会

平戸スポーツチャレンジ改め

エンジョイスportsひらと 2024

10月6日(日) @平戸小学校校庭

雨天中止

10:00~12:00

9:30 受付開始/最終受付 11:30

9つの種目にチャレンジしよう！

受付で記録カードを受け取ってからスタート！
終了後に記録カードと交換で参加賞がもらえます

- ◆ 足ドリブル
- ◆ 片足バランス
- ◆ ディスクゲッター
- ◆ スリッパ飛ばし
- ◆ なわとび
- ◆ 輪なげ
- ◆ けん玉
- ◆ 羽根つき
- ◆ 豆はこび

事前申込み不要

参加賞あり

小さなお子さんから
お年寄りまでどなたでも
参加できます

横浜市平戸地域ケアプラザ事業予定

【お問い合わせ】横浜市平戸地域ケアプラザ

☎045-825-3462

	事業名	日時	場所	内容
子育て	平戸っこ 【対象】0歳児~就園前の 幼児とお母さん・お父さん	第2・4(木) 10時~11時30分	平戸地域 ケアプラザ	ケアプラザにある遊具で遊びます
	さくらんぼ 【対象】0歳児~就園前の 幼児とお母さん・お父さん	毎週(火) 祝日はお休み 10時~12時	平戸地域 ケアプラザ	フリースペース 横浜市から派遣された子育て支援者が相談を受けます
	かたつむり 【対象】1歳~3歳の 幼児とお母さん・お父さん	第3(金) 10時~11時30分	電電戸塚団 地自治会館	幼児と親の交流の場 <9/20 人形劇> <10/18 公園遊び・スタンプラリー> 平戸地区保健活動推進委員会と共催で行っています
障がい	あったまり場 【対象】心の病の方	第3(金) 15時~16時30分	平戸地域 ケアプラザ	心の病を抱える人の憩いの場です
高齢者	気軽なサロン 【対象】概ね65歳以上の方	第3(土) 13時30分~15時	平戸地域 ケアプラザ	イベントと交流会 定員:15名 申込:☎電話 持ち物:飲み物 <9月:ハーモニカ演奏を楽しみましょう!> <10月:消費者被害について>
	歌声サロン 【対象】概ね65歳以上の方	第4(金) 14時~15時	にこにこ ハウス	楽器の生演奏に合わせて歌いましょう! 定員:12名 申込:☎電話にて
	介護者のつどい 【対象】介護者の方、福祉 職の方、関心のある方	10/22(火) 13時30分~ 15時30分	平戸地域 ケアプラザ	在宅で介護されている方々が不安や悩みなどを一人で抱 え込まず話し合う場(偶数月に開催しています) 申込:☎電話にて

平戸平和台地区からこんにちは！

平戸平和台地区社会福祉協議会

平戸平和台映画鑑賞会のお知らせ

日 時：10月19日(土) 14時～16時

(受付 13時30分)

上映場所：平戸平和台連合町内会館

上映作品：東京タワー

～オカンとボクと、時々、オトン～

入場
無料

対 象：65歳以上の方

(平戸平和台地区にお住まいの方)

定 員：20名(車イス可)

 (申込多数の場合は抽選になります。)

※抽選に外れた方のみ、ご連絡致します。

申込・お問い合わせ先：松本(9時～17時)

申込方法：電話 045-822-9000

申込締切：10月12日(土)まで

こども映画鑑賞会
9/22(日)13時～
平戸幼稚園ホール
【上映作品】
FLY!フライ!

◆デジタル支援の会の「無料相談会」
を当日11時～13時に開催します。

「ささえ愛」お庭の草取りのご案内

【日 時】11月9日(土)

9時30分～11時30分



(雨天の場合は後日、日程調整の上ご連絡いたします。)

【対象者】高齢者世帯

【料 金】1回(2時間以内)1,000円

※草入れ用 45ℓ～70ℓのごみ袋をご用意ください。

【申込み・詳しいお問い合わせ】

1丁目 江淵(TEL 045-822-1444)

1丁目 佐川(TEL 045-822-7659)

2丁目 坂本(TEL 045-824-8993)

3丁目 松本(TEL 045-822-9000)

【申込み締め切り】10月12日(土)まで

横浜市平戸地域ケアプラザ事業予定

【お問い合わせ】横浜市平戸地域ケアプラザ

☎045-825-3462

	事業名	日 時	場 所	内 容
子育て	平戸っこ 【対象】0歳児～就園前の 幼児とお母さん・お父さん	第2・4(木) 10時～11時30分	平戸地域 ケアプラザ	ケアプラザにある遊具で遊びます
	さくらんぼ 【対象】0歳児～就園前の 幼児とお母さん・お父さん	毎週(火) 祝日はお休み 10時～12時	平戸地域 ケアプラザ	フリースペース 横浜市から派遣された子育て支援者が相談を受けます
	かたつむり 【対象】1歳～3歳の 幼児とお母さん・お父さん	第3(金) 10時～11時30分	電電戸塚団 地自治会館	幼児と親の交流の場 <9/20 人形劇><10/18 公園遊び・スタンプラリー> 平戸地区保健活動推進委員会と共催で行っています
障がい	あつたまり場 【対象】心の病の方	第3(金) 15時～16時30分	平戸地域 ケアプラザ	心の病を抱える人の憩いの場です
高齢者	気軽なサロン 【対象】概ね65歳以上の方	第3(土) 13時30分～15時	平戸地域 ケアプラザ	イベントと交流会 定員:15名 申込:☎電話 持ち物:飲み物 <9月:ハーモニカ演奏を楽しみましょう!> <10月:消費者被害について>
	歌声サロン 【対象】概ね65歳以上の方	第4(金) 14時～15時	にこにこ ハウス	楽器の生演奏に合わせて歌いましょう! 定員:12名 申込:☎電話にて
	介護者のつどい 【対象】介護者の方、福祉 職の方、関心のある方	10/22(火) 13時30分～ 15時30分	平戸地域 ケアプラザ	在宅で介護されている方々が不安や悩みなどを一人で抱 え込まず話し合う場(偶数月に開催しています) 申込:☎電話にて