

ひらど通信

ひらど版

2024年10月号<第288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>

幸せ おむつ外し講座

トイレトレーニングの当たり前が覆る！
楽しい・幸せと思えるおむつの外し方を学びます

- 【日 時】12月2日(月)10時~11時
【会 場】横浜市平戸地域ケアプラザ 多目的ホール
※オンラインでも参加できます。
【講 師】亀井 沙知 氏(おむつなし育児アドバイザー)
【対 象】1歳半~3歳児と保護者
【参加費】無 料
【申込方法】①会場集合:電話で045-825-3462(定員10組)
②オンライン:Eメールで hiradocp_subco@hiruda.or.jp
※住所・保護者氏名・子氏名(月齢も)・電話番号を明記
Zoomアドレス ID/パスコードは後日通知します
【申込締切】11月22日(金)①のみ応募者多数の場合は抽選
外れた方のみ11月26日(火)までに連絡します
【お問い合わせ】横浜市平戸地域ケアプラザ
地域活動交流 TEL:045-825-3462



親子の遊び場 かたつむり

- 【日 時】11月15日(金)10時~11時30分
【場 所】岩崎果樹園(戸塚区平戸町5418)
※直接「岩崎果樹園」へお越しください
※お車での来場はご遠慮ください
【内 容】みかん狩り(雨天中止)
【対 象】1歳~3歳児と保護者
【参加費】参加費(入園料)は無料ですが、
収穫分の料金がかかります
【持ち物】持ち帰りみかん用袋 飲み物
【定 員】10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
【申込締切】11月5日(火)
抽選に外れた方のみ11月9日(土)までに連絡します
主催:平戸地区保健活動推進委員会 共催:横浜市平戸地域ケアプラザ



ケアプラザで パパと子どもと一緒に遊ぼう♪

- 【日 時】12月1日(日)10時~11時30分
【場 所】岩崎果樹園(戸塚区平戸町5418)
※直接「岩崎果樹園」へお越しください
※お車での来場はご遠慮ください
【内 容】みかん狩り(雨天中止)
【対 象】**パパと未就学のお子さん**
【定 員】10組(応募者多数の場合は抽選)
【参加費】参加費(入園料)は無料ですが、
収穫分の料金がかかります
【持ち物】持ち帰りみかん用袋 飲み物
【申込方法】電話045-825-3462または来館にて
【申込締切】11月18日(月)
抽選に外れた方のみ11月20日(水)までに連絡します。
【お問い合わせ】横浜市平戸地域ケアプラザ
地域活動交流 TEL:045-825-3462



パーソナルカラー講座

お似合いピンクでキレイに若々しく

ピンクにもいろいろな色があります。パーソナルカラー診断士が、おひとりずつお似合いのピンク色をお伝えし、ご希望の方にはメイクアドバイスもいたします。お似合いの口紅と頬紅をつけて、笑顔もいっそう華やかに。

- 【日 時】11月26日(火)10時~11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】パーソナルカラー講座
「お似合いピンクでキレイに若々しく」
【講 師】パーソナルカラー診断士 富田 洋子氏
【対 象】概ね75歳以上の高齢者
【定 員】5名(応募者多数は抽選)
【参加費】無 料
【持ち物】筆記用具 飲み物
【申込方法】電話045-825-3462
【申込締切】11月8日(金)
抽選に外れた方のみ11月9日(土)~11月10日(日)までに連絡します。
【お問い合わせ】横浜市平戸地域ケアプラザ
生活支援体制整備事業 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

高齢者のつどい

すみれ会

「自然にやさしい、ちょこっと工夫」環境事業推進委員より

「座ってするゆる体操と笑いヨガ」健康運動指導士 尾形唯花氏

日時： 11月2日(土) 13:00～14:30

場所： 平戸高層団地集会所

定員： 20名

対象： **平戸高層団地にお住まいの方**

締め切り： 10月25日(金)

申込み： 担当民生委員児童委員まで



今後の予定 令和7年3月2日(日) 電電戸塚団地自治会館

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 <10/18 室内遊び> <11/15 みかん狩り(申込制)> 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 <10月:消費者被害について> <11月:ハーモニカ・ギター演奏を楽しみましょう!>
	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

※貸館利用時に Wi-Fi を利用できます。利用希望の方は貸館利用時にお申し出ください。

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

福祉バザーのお知らせ

【開催日】 11月30日(土) 11時～13時

【場 所】 平戸平和台町内会館



*「焼きそば・フランクフルト」の模擬店を予定しております。ご家族揃ってのお越しをお待ちしております。

ご提供いただける品物は、次の日時に担当者がいますのでお渡しください。受付日時以外は持ち込み出来ません。

提供物品 受付日	11/25(月)～11/28(木)
受付時間	①10時～12時 ②14時～16時

【対 象】 家庭用品・食料品（生ものを除く）・衣類（新品またはクリーニング済み）・古本等
【対象外】 人形、ぬいぐるみ、楽器、大型家具、スーツケース、他はお持ち込み受付日に担当者にご相談ください。

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 <10/18 室内遊び> <11/15 みかん狩り(申込制)> 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 <10月:消費者被害について > <11月:ハーモニカ・ギター演奏を楽しみましょう! >
	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

※貸館利用時に Wi-Fi を利用できます。利用希望の方は貸館利用時にお申し出ください。