

# ひらど通信

ひらど版

2017年11月号<第205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>

## ありがとうございます

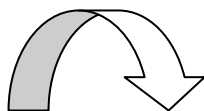
### 開所20周年

横浜市平戸地域ケアプラザは、平成9年10月1日、緑豊かな風景を望む平戸の地に開設されました。開所以来、地域の皆様、利用者の皆様、関係機関の皆様、多くの方々に支えられ、この度、20周年を迎えることができました。

地域ケアプラザは、地域福祉の活動拠点として、誰もが住み慣れた地域で暮らしていきたいという願いに応え、職員一同、地域に開かれた運営を行いつつ、質の高いサービスの提供に努めてまいりました。



平成9年開所当時の建物外観  
周囲の緑や庭園がありませんでした。



20年で草木も大きくなりました。



横浜市平戸地域ケアプラザ  
祝開所20周年



平成29年9月30日(土)  
に20周年式典がケアプラザで行われ総勢110名の方が出席くださいました。  
ありがとうございました。

今後も、より一層温かみのある施設運営を心がけるとともに、先代の皆様が築き上げてきた礎にさらなる研鑽に励み、地域の皆様のお役に立てるよう努めてまいります。今後ともご理解・ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

平戸地域ケアプラザ 所長 福永 健

### 11月の気軽なサロン「ふくしものしい大学」の講演です。

「寸劇」と「講座」でわかりやすくエンディングノート作成のいろは

日時：平成29年11月18日(土) 13時30分～15時30分

会場：平戸地域ケアプラザ 多目的ホール 費用：300円(申込不要)

気軽なサロンは、おおむね65歳以上の方を対象としたお茶会です。

\*「ふくしものしい大学」は4地域ケアプラザが合同企画し、地域のボランティアのみなさんの協力を得て開催している福祉講座です。

②

# 平戸地区からこんにちは！

平戸地区社会福祉協議会

## 子どもから高齢者まで 交流「もちつき」大会

主催：平戸地区社会福祉協議会 平戸地区連合町内会

日時：12月10日(日)10時～

(天候不順時は町内会自治会に問合せください)

会場：平戸台小学校

おもちの引換券は9時30分～お配りします。

数に限りがあります。

お早めどうぞ！無料です。



あんころもち・

きなこもちを

用意します!!



## Go! Go! 健康講座

## おうちでできる

## 腰痛予防エクササイズ



日時：平成29年11月24日(金)14時00分～15時30分

(13時45分 受付開始)

場所：横浜市平戸地域ケアプラザ 多目的ホール

(お車での来館はご遠慮下さい)

講師：根本 絢菜先生／関 直哉先生

医療法人横浜柏堤会

健康運動指導士

対象：おおむね65歳以上の方 (定員25名)

持物：タオル・飲み物

参加費：無料

申込先：平戸地域ケアプラザ (窓口 または 電話)

※ 定員になり次第受付を終了させていただきます。



【お問合せ】平戸地域ケアプラザ  
地域包括支援センター 担当：佐藤・斉藤  
TEL 045-825-3462

③

## 平戸っこ お楽しみ会

日時：平成29年12月7日（木）10時～12時

場所：平戸地域ケアプラザ 多目的ホール

内容：クッキー作り（親子で作ります）

対象：2歳～未就園児親子 20組

参加費：200円（飲み物代含む）

持ち物：名前を明記したコップ（親子共々）を持参してください。

申込方法：窓口またはお電話・FAXでお申込ください。

TEL：825-3462 FAX：825-3464

FAX記入事項：①保護者氏名 ②お子様の名前・年齢 ③住所 ④電話番号

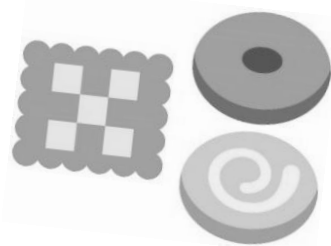
⑤食物アレルギー有無 をご記入の上「平戸っこお楽しみ会担当」までお願いします。

締め切り：平成29年11月27日（月）17時まで

（応募者多数の場合は抽選になります。）

\*抽選に外れた方のみ11月28日（火）～11月30日（木）の間にご連絡させていただきます。

\*駐車場の用意はございませんので、お車での来場はご遠慮ください。



親子

イベント

### 親子で作って楽しもう！

日時：平成29年12月11日（月）10時～12時

内容：クリスマス工作他

場所：滝川邸（平戸平和台町内会館すぐそば）（平戸2-33-19）

対象：1歳～未就園児親子 定員（親子10組）

参加費：100円（材料代・お菓子代）

申込先：平戸地域ケアプラザ（窓口または電話）

〆 切：平成29年11月30日（木）まで

応募者多数は抽選になります。

抽選にはずれた方のみ、12月1日（金）～3日（日）に連絡します。

【問い合わせ】：平戸地域ケアプラザ 地域活動交流

TEL：045-825-3462

主催：平戸平和台地区地域運営協議会



## 介護者のつどい

介護の悩みや気になること。また、こんな時他の人はどうしているのかしら…何気ない毎日の中で感じることなど。

ホッとひと息ついて、語り合いませんか？

ご参加をお待ちしています。

日時：平成29年12月19日（火）  
13時30分～15時30分

内容：懇談会、情報交換など

会場：平戸地域ケアプラザ ボランティアコーナー

対象：介護者の方、介護を受けている方、福祉職の方、  
関心のある方

申込先：平戸地域ケアプラザ

〆 切：平成29年12月18日（月）まで

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

TEL 045-825-3462



④

# ケアプラザカレンダー 11月

| 日  | 月                   | 火                         | 水                        | 木  | 金   | 土  |
|----|---------------------|---------------------------|--------------------------|--|---|--|
|    |                     |                           | 1<br>赤ちゃん教室<br>(10時～12時) | 2  | 3<br>文化の日   | 4  |
| 5  | 6                   | 7<br>さくらんぼ<br>(10時～11時半)  | 8                        | 9<br>平戸っこ<br>(10時～12時)                     | 10<br>おやこのひろば<br>(9時半～11時半)   | 11   |
| 12 | 13                  | 14<br>さくらんぼ<br>(10時～11時半) | 15                       | 16<br>リズムであそぼ♪<br>(10時40分～11時20分)<br>事前申込制 | 17<br>幼児の広場<br>かたつむり<br>「スマイルこどもクリニック加藤院長先生による講演会」<br>(10時～11時半)<br><br>あったまり場<br>(16時～18時) | 18<br>気軽なサロン<br>(13時半～15時半)<br>「ふくしものしり大学」 |
| 19 | 20<br>休館日<br>(定期清掃) | 21<br>さくらんぼ<br>(10時～11時半) | 22                       | 23<br>勤労感謝の日<br><br>平戸っこ<br>(10時～12時)      | 24<br>おやこのひろば<br>(9時半～11時半)<br><br>Go! Go! 健康講座<br>14時～15時半<br>事前申込制                        | 25   |
| 26 | 27                  | 28<br>さくらんぼ<br>(10時～11時半) | 29                       | 30   |   |  |

## 【平戸っこ】第2・4木曜日

0歳児～就園前の幼児とお母さん・お父さんを対象にケアプラザにある遊具で遊びます。

## 【さくらんぼ】 毎週火曜日

10時00分～11時30分  
火曜日に開催される乳幼児とママとパパが集うフリースペース。  
(横浜市から派遣された子育て支援者が相談をうけます)



## 【あったまり場】 第3金曜日

心の病を抱える人の憩いの場です。

- 誰かと話をしたい方
  - 家に閉じこもり気味な方
- ～気軽にご参加下さい～

## 【気軽なサロン】第3土曜日

概ね65歳以上の方を対象とした交流会を開催。月替わりのイベントと共にお茶を飲みながら楽しい一時を過ごしませんか？

11月18日

「ふくしものしり大学」

## 【赤ちゃん教室】第1水曜日

初めて0歳児をもつ保護者を対象に、子育てのアドバイスや仲間づくりを行います。

## 【おやこのひろば】第2・4金曜日

9時30分～11時30分 多目的ホール  
(またはボランティアコーナー)を  
プレイルームとして開放しています。

## 【幼児の広場かたつむり】

第3金曜日『スマイルこどもクリニック加藤院長先生による講演会』

平戸地区保健活動推進委員会と共催で行っています。1歳～3歳くらいの幼児と親の交流の場。会場は、電電戸塚団地自治会館です。

(年会費100円)

## ♪お問合わせ♪

施設の見学・ご相談は、随時受付けております。お気軽にお問合わせください！！

TEL 825-3462

FAX 825-3464