

# ひらど通信

ひらど版

2018年1月号<第207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>

## 新年あけましておめでとうございます。

新しい年を喜びのうちにお迎えになられたことと思います。今年もまた、平和で、いのちが尊ばれ、生きることの素晴らしさが実感できる世の中となっていくようにと願います。そのためにも平戸地域ケアプラザも皆さまのお役にたち、共に日々を過ごしていきたいものです。今年もどうかよろしくお願いたします。

社会福祉法人 聖ヒルダ会 相澤 牧人



## 60歳からの「いきいき料理教室」参加者募集！

簡単で栄養バランスのとれた料理の作り方を学び、一緒に楽しく料理を作りませんか。特に男性の方や初心者の方大歓迎！！

日時 2月15日(木) 10時~13時30分(受付:9時45分~)

場所 平戸地域ケアプラザ 多目的ホール・調理室

講師 戸塚区食生活等改善推進員(ヘルスメイト)

対象 おおむね60歳以上の男女

内容 和食(さつまいもご飯・魚のホイル焼き・酢の物・かき玉汁)

募集 10人

参加費 500円

持ち物 手拭タオル・筆記用具・布巾

エプロン・三角布(バンダナや大判のハンカチ)



締切 2月8日(木) 17時迄

※応募者多数の場合は、抽選。

抽選にはずれた方のみ2月9日~10日にご連絡致します。

申込方法 平戸地域ケアプラザへ電話または窓口でお申込ください。

主催 生活支援体制整備事業 担当:上野 TEL 825-3462

## 1月の気軽なサロン「指笛鑑賞会」です。

日時:平成30年1月20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。

②

平戸地区からこんにちは！

平戸地区社会福祉協議会



地域で子ども達を見守る活動

第7回児童虐待防止「講演会」



# 今どきの子育て事情

日時:平成30年2月17日(土)14:00~

会場:平戸台小学校コミュニティハウス

講師:横浜市教育委員会人権・児童生徒課

教育相談員 戸塚区担当 高橋 宏明先生

主催:平戸地区保健活動推進委員会

:平戸地区社会福祉協議会

協力:戸塚区役所子ども家庭支援課



あたたかい！  
貴方のその手が  
差しのべる



気づいた時の連絡は戸塚区役所子ども家庭支援課  
866-8472か、右または下の番号へ



よこはま子ども虐待ホットライン (24時間対応)

0120-805-240

③

## 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30年2月27日（火）13時30分～15時30分

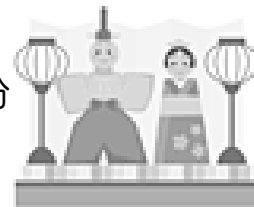
内 容：懇談会、情報交換など

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（窓口または電話で申込みください）

締 切：平成30年2月26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

親子  
イベント

## 親子で作って楽しもう！

日 時：平成30年2月5日（月）10時～12時

内 容：ひなまつり工作他

場 所：にこにこハウス（旧滝川邸）

（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）

締 切：平成30年1月31日（水）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、2月1日（木）～2日（金）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

④

# ケアプラザカレンダー 1月

日	月	火	水	木	金	土
	① 元旦 休館日	2 休館日	3 休館日	4	5	6
7	⑧ 成人の日	9 さくらんぼ (10時～11時半)	10	11 平戸っこ (10時～12時)	12 おやこのひろば (9時半～11時半)	13
14	15 休館日 (定期清掃)	16 さくらんぼ (10時～11時半)	17	18	19 幼児の広場 かたつむり 【リトミック】 (10時～11時半)  あったまり場 (16時～18時)	20 気軽なサロン (13時半～15時半) 「指笛鑑賞会」
21	22	23 さくらんぼ (10時～11時半)	24	25 平戸っこ (10時～12時)	26 おやこのひろば (9時半～11時半) 介護予防講座 (14時～15時半) (事前申込制)	27
28 バレンタイン手作り お菓子教室 (事前申込制)	29	30 さくらんぼ (10時～11時半)	31			

## 【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？

1月20日

「指笛鑑賞会」

## 【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。(1月お休み)

## 【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『リトミック』

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