



平成30年5月号 (NO. 298号)

〒221-0015 神奈川県神之木町7-1

《発行》神之木地域ケアプラザ

☎435-2906 FAX435-2908

\*介護に関するご相談は電話・FAXでも受け付けます。



## 介護予防講座 ～玄米ダンベル～

玄米の入ったやさしいダンベルを使って楽しい筋力トレーニングをします。  
トレーニングで心や身体を元気にしていきます。

日時： **6/14 (木) 13:30～14:45**

講師： 横浜玄米ダンベル体操普及協会 認定指導委員 表和美氏

場所： 神之木地域ケアプラザ 多目的ホール

対象： 60歳以上の方 先着20名 参加費： 無料



持ち物： フェイスタオル1本 (ストレッチで使います)、飲み物



申込み： 5/24 (木) 午前10時～窓口または電話にて受付開始

神之木地域ケアプラザ ☎045-435-2906 (担当・鈴木)

## 介護者のつどい

毎日の介護で疲れていませんか？少しのことでイライラしたりしていませんか？  
お茶を飲みながら、介護をしている者同士でゆったりと語り合しましょう。



日時： **5月17日 (木)**

**13:30～15:30**

場所： 神之木地域ケアプラザ 多目的ホール

対象： 現在、介護をしている方 先着20名

参加費： 無料 申込み： 窓口または電話にて受付中

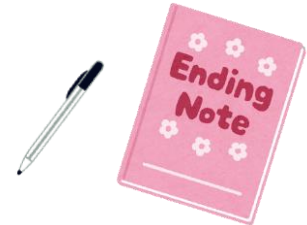
今月は、「タッピングタッチ」  
と「シンギングリン」の体験会  
をします。

神之木地域ケアプラザ ☎045-435-2906 (担当：安井・佐藤・荒井)

## 「終活はじめの一步、より良く生きるために」を開催しました

3月、神之木地域ケアプラザで「エンディングノートの書き方」講座を開催し、「終活は自分の人生をふり返り、あらためて見つめなおす活動」ということを学びました。参加者のみなさまと一緒に、これまで心の奥底に秘めていた思いを絵や文字に表してみたら、新鮮でもあり、楽しい作業になったと思います。

この「ふり返りノート」は法的効力はありませんが時間のあるときに少しずつ書き記しておけば、安心感も得られますし、お役に立つこともあると思います。皆さまもぜひ、はじめてみませんか？



社会福祉士 笹原

### 内科医による 認知症相談会

認知症の高齢者とその家族を支援するため、神之木地域ケアプラザ協力医による相談会を行います。かかりつけ医のいらっしゃる方は、かかりつけ医にご相談の上、お申込みください。

開催日： 毎月主に第2・4木曜日 13:30～14:30

**5月は10日・24日 6月は14日・28日です！**

場所： 神之木地域ケアプラザ 相談料： 無料

申込み： 窓口または電話でご予約ください。

※相談時間は、1人（組）30分程度となります。



神之木地域ケアプラザ ☎045-435-2906（担当：安井・佐藤）

### 職員紹介

### 包括支援センター 保健師

鈴木友里

平成30年2月から保健師として神之木地域ケアプラザに就任致しました、鈴木友里と申します。まだまだ未熟者ですが、地域の皆様のために精一杯尽くせるよう頑張りますのでよろしくお願いいたします。



# 西寺尾小学校より車椅子をいただきました！

西寺尾小学校の先生と児童のみなさんが、車椅子を持って来所されました。

1～6年生まで全校児童で一生懸命集めたアルミ缶を車椅子に交換し、ケアプラザに寄贈して下さいました。これまでも西寺尾小学校からいただいた車椅子が数台あり、いつも大活躍しています。今回いただいた車椅子も大切に使用させていただきます。ありがとうございました！



## ぞうきんプロジェクトの報告

### 神ノ木保育園からプレゼントをいただきました！

今年も、雑巾を贈った神ノ木保育園の園児の皆さんから、かわいいプレゼントをいただきました。大切に飾ります。ありがとうございました。

#### 「ぞうきんプロジェクト」とは？

ケアプラザでは年に1～2回、地域の方にご協力いただきながら、雑巾作りを行っています。

雑巾を作りながらのおしゃべりは楽しい時間です♪  
愛情たっぷりの雑巾は、ケアプラザで行う保育園との子育て支援事業の際に保育士さんにお渡ししています。今年度は8月に開催予定です。

地域交流（木村、家田、井田）



かなーちえ  
利用者支援事業 共催事業

## ダブルケアカフェ in 神之木

“子育てと介護”について語り合おう  
♪♪♪

5/15(火)

10:00

～

12:00

場 所：神之木地域ケアプラザ 多目的ホール

対 象：ダブルケアをしている方、関心がある方など、どなたでもどうぞ！  
申込み不要。当日直接お越しください。

問合せ：子育て支援拠点「かなーちえ」 ☎045-441-3901  
神之木地域ケアプラザ ☎045-435-2906



# 木曜サロン

5/24日(火)  
13:30~15:00

## 「縫わずに作る ペンケース」

場 所： 神之木地域ケアプラザ 多目的ホール

対 象： 60歳以上の方 15名 参加費： 700円

申込み： 5/14(月)16時までに窓口または電話にてお申込み下さい。

\*申込多数の場合、5/15(火)10時~ 公開抽選を行い、抽選結果は全員にご連絡します。都合により、内容を変更する場合があります。



神之木地域ケアプラザ TEL045-435-2906 (担当・地域交流)

## 5月の子育て支援事業



### 絵本の読み聞かせ

10:30~11:00

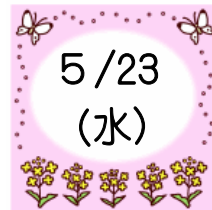
赤ちゃん連れの方も  
お気軽にどうぞ♪

内 容：大型絵本「そらまめくんのベッド」他

\*都合により内容を変更する場合があります。

場 所：神之木地域ケアプラザ 多目的ホール

対 象：乳幼児と保護者 参加費：無料



### おやこふれあいリズム遊び

10:00~10:40

やこ先生とリトミックを  
楽しもう♪

場 所：神之木地域ケアプラザ 多目的ホール

対 象：2~3歳児と保護者 先着15組

参加費：親子1組200円

申込み：5月9日(水)10時~ 窓口・電話にて受付



### おやこふりーすぺーす

10:00~14:00

場 所：神之木地域ケアプラザ 多目的ホール

対 象：乳幼児と保護者 参加費：無料

広いお部屋で自由に遊べます！今月は午後まで延長。

お昼の時間はお弁当を食べてもOKです。



### わいわいパーク

10:30~11:30

保育園の先生と公園で遊  
ぼう！

場 所：神之木地域ケアプラザ 入口脇駐車場

対 象：幼児と保護者 参加費：無料

申込不要です。直接会場にお越しください。

\*天候により中止となる場合があります。

神之木地域ケアプラザ ☎045-435-2906 担当：地域交流

## ◆◆ パート職求人 ◆◆

職 種：サブコーディネーター

(施設維持・管理、窓口・電話対応、貸館業務、その他)

応募要件：一寸した修繕ができる方、人と接することが好きな方

勤 務：月・火曜日(週2日)17:00~21:00 時 給：960円

まずはお電話ください。☎045-435-2906 (担当・採用係)

