



令和5年5月号 (NO.353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

発行責任者：所長 平 俊文

☎(代表)435-2906 FAX435-2908

[福祉・保健に関する相談電話]435-3096

\*介護に関するご相談は電話・FAXでも受け付けます

## 地域ケアプラザとは...

誰もが住み慣れたまちで、安心して暮らせる地域をつかっていくための拠点として、地域の福祉・保健活動を支援し、福祉・保健サービス等を身近な場所で総合的に提供する施設です。神之木地域ケアプラザは神之木地区センターのある建物(大口駅東口より徒歩4分)の1階です。

# 神之木 GoGo! 健康アツツ講座♪

いつまでも自分の足で元気に生活をするために、一緒にフレイル予防(虚弱)について学びませんか? 体力測定で自分の身体能力をチェック!

	日程	内容
第1回	6月 1日(木)	体力測定会
第2回	6月 8日(木)	栄養講座
第3回	6月15日(木)	お口の健康講座
第4回	6月22日(木)	口コモ予防体操講座

時間:10:00~11:30

場所:神之木地域ケアプラザ 多目的ホール

対象:原則全4回参加できる方、概ね65歳以上の方

費用:無料

定員:15名(先着順)

持ち物:タオル、飲み物 ※当日は動きやすい服装・靴でお越しください。

※申込開始日:2023年5月15日(月)10:00~

横浜市神之木地域ケアプラザ TEL045-435-2906

※感染状況や天候等により講座が中止となる場合もあります。予めご了承ください。

※当日体調不良や37.5度以上の発熱がある方は参加をご遠慮ください。

※マスク着用、手指消毒のご協力をお願いいたします。

令和5年度

## パーキンソン病・神経難病 ご本人・ご家族・支援者のための

(脊髄小脳変性症・多系統萎縮症など)

神奈川県  
ふれあい  
交流会

日常生活での機能維持や毎日の支援に役立つお話を聞いてみませんか？  
体のこと、生活のこと、病気の不安などを気軽にお話しませんか？  
専門職による講座と情報交換を行っています。

5月11日(木)  
自宅でできるリハビリ体操

●理学療法士●

6月1日(木)  
ことばのリハビリ  
飲み込みの工夫

●言語聴覚士●

【会場】神之木地域ケアプラザ 多目的ホール 【持ち物】飲み物、お薬、タオルなど

令和5年度の今後の予定 いずれも木曜日 時間:13:30~15:00  
7/13、10/12、12/14、令和6年2/8

🌸 内容や日程が変更になる場合や中止になることがあります。  
🌸 初めて参加される方は下記までご連絡ください。

### 【お問合せ】

神奈川県福祉保健センター 高齢・障害支援課 TEL 411-7110  
神之木地域ケアプラザ TEL 435-2906

## 【職員紹介】

### ●副所長 地域包括支援センター 社会福祉士●

この度、神之木地域ケアプラザの副所長として配属になりました佐久間と申します。新たな業務ですので、至らない部分が多くあるかもしれませんが、地域の皆様と一緒にこのケアプラザがより良いものなればと思っておりますので、宜しくお願いします。



### ●地域活動交流サブコーディネーター●

昨年10月から務めさせて頂いております大谷です。読書と韓ドラが大好きです。地域の方の沢山の笑顔が見れますようお力になりたいと思っています。よろしくお祈りします。



## はーとふるステーション

神之木地域ケアプラザでは、認知症カフェ「はーとふるステーション」を毎月第3火曜日の13:30~15:00で開催しています。

コロナ禍では、窓を開けた状態で人数制限・消毒・体温計測・マスク着用・飲食は無しで、イベントも静かに参加できるものに限られていました。

今年度も基本的な感染防止対策は継続となりますが、内容に関しては、飲食も含めた再検討をしようと考えています。歌を歌ったり、楽器を演奏することも含めて、参加者の皆様が楽しめる内容に変更していきたいと思えます。

4月18日(火)はレクリエーションとリズム体操30分を行い、その後に参加者同士で交流会。

今後、認知症のこんなことが知りたいとかこんな先生の話が聞きたい等のご意見・ご要望がございましたら、ケアプラザまでお寄せ下さい。

### 今後の日程

5/16、6/20、7/18、8/15、9/19、10/17、11/21、12/19、  
令和6年1/16、2/20、3/19

(都合により、変更・中止となる場合があります)

神之木地域ケアプラザ

はーとふるステーション 担当:包括・生活支援・地域活動交流

電話 (代表)045-435-2906

◇◇福祉・保健に関するご相談は 045-435-3096 へどうぞ◇◇

# 絵本の読み聞かせ



読み手ボランティアさん  
も募集しています！  
お気軽にお問い合わせ  
ください。

日時：6月2日（金）10：30～11：00

対象：乳幼児と保護者 先着5組程度（15名まで）

申込：5月15日（月）10：00より窓口またはTELにて予約受付します。  
（当日も空きあれば参加できます）

場所：神之木地域ケアプラザ  
多目的ホール（1階）

絵本内容の対象は2～5歳位です。  
手遊びや歌などもありますので  
小さなお子様連れの方もどうぞ！

※都合により内容は変更となる場合があります。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、参加者数を制限させていただきます。

発熱、体調不良の場合は参加をご遠慮ください。その際は欠席の連絡をお願いします。

※状況により、開催中止となる場合があります。ご了承ください。

令和5年度開催日：偶数月第1金曜日

6/2、8/4、10/6、12/1、令和6年2/2

お申込み・お問合せ先 地域活動交流 TEL 435-2906



## 神之木地域ケアプラザ

JR大口駅東口より徒歩4分

横浜市神奈川区神之木町7-1

TEL（代表）435-2906 / FAX 435-2908  
（相談）435-3096

<開館時間>

月～土曜日 9時～（お問い合わせください）

日曜・祝日 9時～17時

<休館日> 年末年始・第4日曜日

※状況により、開館時間の変更や地域包括支援センターの窓口での相談業務時間が変更している場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

横浜市神之木地域ケアプラザ

<ホームページ>

<http://hijirizaka-gakuen.jp/nazare/care-plaza.html>

※夜間閉館の状況については下記をご覧ください

神奈川区の地域ケアプラザ等紹介ページ

<ホームページ>

[https://www.city.yokohama.lg.jp/kanagawa/kurashi/fukushi\\_kaigo/chiikifukushi/fukushi-shisetsu/cp/tiikikeapuraza.html](https://www.city.yokohama.lg.jp/kanagawa/kurashi/fukushi_kaigo/chiikifukushi/fukushi-shisetsu/cp/tiikikeapuraza.html)

