



令和5年10月号 (NO.358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 FAX 435-2908

[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。

くーるーむ報告

7月24日(月)の午前、午後に多目的ホールを開放して、

暑い時季の居場所・クールシェア・交流を目的とした「くーるーむ」企画を実施しました。

午前中は手作りうちわを求めて何組かの親子が来られ、また、地区センターが休みと知らずに来た小学生のグループに宿題をする場を提供したりと、賑やかでした。小学生は宿題の後、うちわ作りにも参加して、午前中用に用意したキットはすべて無くなりました。

午後は外が暑いせいか、来られたのは親子1組のみでした。うちわ作り、間違い探し等で時間いっぱいまで遊んで帰られました。



ミサンガは短時間でもできる様にとなるべく簡単なものを用意したつもりでしたが、初めて作る方には難しかった様です。

妊婦の方、赤ちゃん連れの方から、暑い中、上の子を公園で遊ばせるのも大変なので、近くでこのような企画がもっとあると嬉しいとの感想をいただきました。

また寒くなった時期に「ほっとるーむ」として開催する予定です。日程は決まり次第広報誌「梢」館内掲示等でお知らせします。ご希望の企画などありましたら教えてくださいね!



神之木地域ケアプラザ 地域活動交流 TEL 435-2906

行政書士による無料相談会

「成年後見」「遺言」「相続」
の相談を中心にお受けします

日時：11月20日（月）13:30～15:30

場所：神之木地域ケアプラザ1階 多目的ホール

定員：先着4組（相談時間は1組30分程度となります）

申込み：窓口または電話にて受付中

※状況により相談会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。

神之木地域ケアプラザ 電話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？リラックスした雰囲気の中、参加者同士でゆったりと語り合しましょう。

開催日：11月16日（木）13:30～15:00

場所：神之木地域ケアプラザ 多目的ホール 参加費：無料

対象：現在、介護をしている方、介護経験者、介護に興味のある方。
先着20名

申込み：窓口または電話にて受付中。

神之木地域ケアプラザ TEL045-435-2906（担当：鈴木）

状況により、内容の変更または中止になることがありますことをご承知おきください。
また、各自で水筒やペットボトルをご持参ください。

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、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：10月12日、11月は中止、12月28日

全日程木曜日 13:30～14:30

お気軽にご相談ください。
相談は無料です。

場所：神之木地域ケアプラザ

*窓口または電話でご予約ください。相談時間は、1人（組）30分程度です。

神之木地域ケアプラザ TEL045-435-2906

※事情より相談会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。

フレー！フレー！ フレイル予防 in 神之木



運動不足が気になる方、
体を動かしたいと思ってもなかなか実行できずにいる方、
これまで地域ケアプラザに行ったことがない方、
楽しく気軽に簡単な体操を少人数で体験しましょう！

申込み、問合せ

※申込開始日厳守

各回定員20名
先着順、事前申込

参加無料

神之木地域ケアプラザへ電話または窓口にてお申し込みください。

TEL 045-435-2906

開催日 (すべて金曜日) 13:30~14:45	申込開始日 10:00~受付開始	内容
11/17	11/1(水)	玄米ダンベル体操
12/15	12/1(金)	スローエアロビック
令和6年1/19	令和6年1/4(木)	リズム体操
2/16	2/1(木)	スローエアロビック
3/15	3/1(金)	音楽と介護予防

会場：神之木地域ケアプラザ 多目的ホール

車椅子の貸し出しのご案内

神之木地域ケアプラザでは、通院・外出等、車椅子が一時的に必要な方に貸し出しを行っています。

受付時間：9時～17時

貸出期間：数時間～1週間まで

費用：無料

- ・ 台数に限りがあります。
- ・ 窓口での予約、貸し出し、返却となります。
詳しくはお問い合わせください。



神之木地域ケアプラザ TEL 045-435-2906

2023年度 かなづち 子育て応援タイム

かなーちえサテライト
神之木地域ケアプラザ
神之木地(ち)区センター

※ご注意ください
※申込先：
神之木地区センター
☎435-1712

問い合わせ：
神之木地域ケアプラザ
☎435-2906
神奈川区地域子育て支援拠点
かなーちえサテライト
☎642-5727

子育ての長〜い道のりに、まちの中にいろいろな給水所をつくりたい♪
ホッ〜とひと息ついたり、子育てのヒントをもらえたり
どなたでも参加OK!の、親子でゆったりできる時間♪
“おたがいさま”の気持ちで、気楽にすごせる子育て応援タイムです
神之木地域ケアプラザ、神之木地区センター、地域子育て支援拠点かなーちえサテライト
2023年度は、3施設が手をつないで届けます。

*かなーちえサテライトの「かな」、ケアプラザの「プ」、地区センターの「地(ち)」で
場所：神之木地区センター4階レクホール 定員：20組

かなづち♪

気持ちよく身体を動かしてクールダウンは
親子で一緒にごろごろストレッチ
かなづち子育て応援タイム限定プログラム!

10月31日(火)10:00~11:00

(申込開始日：10月11日 申込先：神之木地区センター TEL 045-435-1712)

骨盤すっきり♡
リフレッシュ体操

byフィットネスインストラクター 矢野理恵子氏

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