



令和6年10月号 (NO.369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 佐久間 順生

☎(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。



ハッピーハロウィン

10月25日(金)

10:30~11:30



場 所：神之木地域ケアプラザ 多目的ホール

対 象：2歳以上の幼児と保護者 先着10組

申 込：10/9(水)午前10時~窓口・電話にて受付

参加費：100円



お菓子を入れるバッグを作って、
ケアプラザのテイサービスへ
お菓子をもらいに行くよ!



*都合により、内容を変更する場合があります。

お申込み・お問合せ先 神之木地域ケアプラザ 地域活動交流

TEL045-435-2906

かなプチ子育て応援タイム

~秋は音楽を楽しもう~



0歳からのハロウィン・リトミック&コンサート

10月29日(火)10:30~11:30

ママ音楽ユニット

♪ショコラッティ♪による

場 所：神之木地区センター

申込開始：10月11日(金)~ 定員20組

申 込 先：神之木地区センター TEL435-1712 ←ご注意ください

お問合せ：かなーちえサテライト TEL642-5727

神之木地域ケアプラザ TEL435-2906



玄米ダンベル体操



寒くなってきましたね。

筋トレ要素もある体操を通じて体を温めましょう!
これからも元気にいきいきと生活を送っていただくために、
皆様と一緒に玄米ダンベル体操を行いたいと思います。
ご参加お待ちしております!

日時：11月15日(金) 13:30~14:45

場所：神之木地域ケアプラザ 多目的ホール

講師：表 和美 氏

対象：概ね60歳以上の地域にお住まいの方

定員：25名(先着順)

申込受付開始：11月1日(金) 10:00~

お電話・窓口にて受付します。

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

【申込み・お問合せ先】

横浜市神之木地域ケアプラザ 045-435-2906

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(水) 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(先着順です。ご希望の方はお早めに!)

※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。

「今年もインフルエンザの季節となりました」

今年は酷暑の夏で、10月に入ったとはいえ秋の気配はまだ少しでしょうか。それでも今年も例年の様にインフルエンザの予防接種開始（受付含）が10月より始まる病医院も少なくないと思います。

インフルエンザの潜伏期間は1日～3日とされています。よく家族が発症して治まったら別の家族が発症するという様なことが起きますが、これは潜伏期間があるからです。

インフルエンザのピークは11月～翌年3月とされていますので、そのピークが来る前に接種をお勧めします！という観点で、10月から接種開始となる訳です。

インフルエンザの予防策 として外出先から帰ったら

- ①石鹸をつけてよく手を洗うこと
- ②よくうがいをする
- ③外出の際は、マスクを着用すること
- ④鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨て、手のひらで咳やくしゃみを受け止めた時はすぐに手を洗うこと
- ⑤適度に水分を摂り、喉にインフルエンザ菌がつかない様にすること

他にもあると思いますが、まずはこの5点を意識して、インフルエンザの予防を心がけましょう。

神之木地域ケアプラザ

包括支援センター 社会福祉士 岩田佐知子



ケアプラザで（地区センターの休館日に）



おやこふりーすぺーす やっています



決まったプログラムはありません。
親子で広いスペースであそべます。
絵本もあります。ゆっくり読めますよ！

今年度の予定：10/28、11/25、12/23、
令和7年1/27、2月無し、3/24

時間：10：00～11：30（出入り自由）

場所：1階多目的ホール

- ※一度にお部屋を利用できるのは最大35名までです。ゆずりあってご利用ください。
- ※入室前に検温、連絡先の確認をお願いします。
- ※おもちゃはありません。必要な方はバスタオルなど敷くものをご持参ください。
- ※状況により、中止となる場合があります。また内容を変更する場合があります。ご了承ください。

お問合せ先

神之木地域ケアプラザ 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>

月～土曜日は、夜間に貸館がない場合18時に閉館の場合がございます。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>