

はじめまして

保土ヶ谷区の星川地域ケアプラザから4月より異動しました山口と申します。まずは、地域の皆さまに顔を覚えていただけるように頑張ります。趣味は、食べ歩きです。本牧原でも色々食べ歩きしていきたいと思えます。お勧めのお店も教えてください！



社会福祉士 山口 郁恵

本牧原でお世話になり、たくさんの方々との出会いがありました。コロナの影響でさまざまな事が変わり、不安な時期でも地域の皆様からの「ありがとう」の言葉に何度も心救われることができました。ここで過ごした日々を忘れず新天地でも頑張ります。皆様もお体に気をつけて元気にお過ごし下さい。ありがとうございました。

社会福祉士 齋藤 菜穂子



元気でね

フレイル予防セミナー
日ごろの活動に“ちょい足し”

介護予防しませんか？

日時 6月12日(月) 7月10日(月)
14:00-15:00 14:00-15:00
栄養士の 栄養講座 歯科衛生士の お口の健康講座
15:00-15:30
薬剤師から健康講話
問合せ ☎623-0971 保健師 能登

参加費無料 認知症サロン
グリーンリーフ

毎日の介護は、理屈では済まないことが多いと思います。同じような状況で頑張っている皆さんと一緒に話しませんか？
日時 毎月第2金曜日 13:00~15:00
定員 10名
対象 地域にお住いの認知症の方と
そのご家族

見守りキーホルダー登録された方で
8月・9月生まれの方 情報更新のため
窓口にていらして下さい。



86.1
MARINET

「はらっぱうたごえクラブ」 毎月第3木曜日 12:30~13:00 放送中
本牧原地域ケアプラザにて活動中のコーラスグループ「クレッシェンド」の皆さんが「はらっぱうたごえ応援隊」に仲間入りしてくださいました。歌のボランティアとして、今回の収録は5名が参加。伸び伸びとした歌声を披露してくれました。これからもラジオを通して皆さんに歌声を届けます。

生活支援コーディネーター・渡邊

本牧 はらっぱ通信

第104号
令和5年6月1日
発行責任者
所長 品川エミリー

社会福祉法人 横浜市福祉サービス協会 横浜市本牧原地域ケアプラザ〒231-0821 横浜市中区本牧原 6-1
TEL 623-0971 FAX 623-0977 https://www.hama-wel.or.jp/branch/honmokuhara/

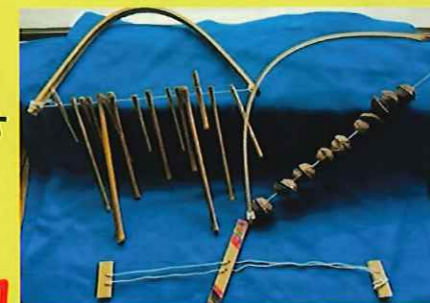
大鳥中学校コミュニティハウス・本牧原地域ケアプラザ共催事業

竹を使って遊ぼう！

日時 7月30日(日)
10:00~12:00
場所 本牧原地域ケアプラザ
多目的ホール
対象 幼児~小学生 (ナイフを使用するので
扱いになれてないお子様は保護者同伴で
お願いします)
材料費 300円 定員 10組
持ち物 ナイフ(持っている方)※竹を削ります
申込日 7月12日(水) 9:00~
申込先 大鳥中学校コミュニティハウス

注)開催場所と申し込み先は異なります ☎ 045-624-1651

ぶんぶんコマや竹とんぼ...
竹を使ってレトロなおもちゃを
作ってみよう！夏休みの宿題
にいいかも...!?



ボランティア大募集！
ピアノで歌おう

唱歌を中心にピアノ生演奏で楽しく歌いましょう。
演奏して下さるのはボランティアの福島弥生さん。
会場準備・受付、後片付けなどして下さる方を
募集します。毎回5名程度を予定しています。
詳しくは担当者までお問合せ下さい。

毎月第3金曜
13:30~14:30

問合せ ☎ 623-0971
担当 三好・滝

Chill cafe
& 包丁研ぎ

ピアノの生演奏を聴きながらコーヒーはいかがですか？
包丁研ぎも同時開催いたします。
待ち時間を利用してお気軽にご利用ください。

カフェ 7月28日(金) 包丁

13:30~15:00 多目的ホール
対象: どなたでも
参加費: 無料
※コーヒー1杯 100円

問合せ ☎ 623-0971
担当 三好・滝

7/16(日)
10:00~11:00
多目的ホールにて

見守りキーホルダー持ちませんか？

登録会開催！

予め緊急連絡先やかかりつけ病院などの情報を登録していただくシステムです。



- ① 番号を記載したキーホルダー(外出用)
 - ② 冷蔵庫に貼るマグネット(自宅用)
- この2点をセットでお渡しします。

こんな時に役立ちます！

外出先で熱中症になってしまった時、家族に連絡がつきすぐ迎えに来てもらえました。

自宅で体調が急変。救急隊員の方にかかりつけ医の情報がすぐに伝わり、スムーズに対応してもらい、安心できました。

横浜市中区にお住いのおおむね65歳以上の方が対象です



お問合せ・お申込みは
本牧原地域ケアプラザ・包括支援センター 担当：山口 ☎623-0971

相談 高齢者施設・住まいの相談センター

『高齢者の施設・住まいに関する総合相談窓口』の出張をしています。予約優先ですが、予約状況によって当日受付可能な場合がありますのでお問合せ下さい。

相談はケアプラザで行いますが予約先が違いますのでご注意ください

お問合せ・ご予約お申し込み 高齢者施設・住まいの相談センター
受付時間 9:00~17:00 (土日祝休み) ☎045-342-8866

毎月第2火曜日

予約時間
① 10:00~ 6月13日
② 11:00~ 7月11日
③ 13:00~ 8月8日
④ 14:00~ 9月12日
⑤ 15:00~

介護施設や高齢者住宅って
どんなところ？

介護が必要になったら？

予約優先



詳細はケアプラザにあるパンフレットをご覧ください。

★ケアプラザ主催の全事業が掲載されている
カレンダーは窓口にご用意しています
お問い合わせ 045(623)0971

傾聴ボランティア養成講座

「相手の話を聴き、寄り添う」心の触れ合い活動をしてみませんか？

日程：7月4日~25日 全4回
各回火曜日
13:00~14:45
場所：本牧原地域ケアプラザ 多目的ホール
対象：全4回参加し、講座終了後ボランティア活動出来る方
講師：傾聴ボランティアグループ「モモ」(泉区で活躍中)
定員：16名
参加費：1回 200円(4回 800円)

第1回
7月4日
(13:00~14:45)
傾聴とは？
傾聴の技法

第2回
7月11日
(13:00~14:45)
受容と共感
実技

第3回
7月18日
(13:00~14:45)
まとめ
実技

第4回
7月25日
(13:00~14:45)
実技
振り返り



お問合せ：本牧原地域ケアプラザ ☎621-0971 担当 渡邊

エコキャップ回収の際のお願い

本牧原地域ケアプラザではエコキャップ運動の協力として、回収窓口をしております。法人エコキャップ推進協会より、エコキャップを回収する際にご協力頂きたい注意点を紹介します。

- ① ペットボトル以外のキャップは対象外です。
- ② シール等は出来るだけ取ってご提供ください。
- ③ 汚れているキャップはできるだけ洗い提供ください。

ケアプラザではお預かりするのみとなります。皆様のご協力、よろしくお願ひします。

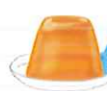


イラスト：NPO法人エコキャップ推進協会 HP より参照

本牧原地域ケアプラザ・本牧地区センター
本牧和田地域ケアプラザ 共催事業

子どもお菓子作り講座

～あじさいゼリー～

日時 6月17日(土)10:00~
定員 小学生16人(先着順)
参加費 500円
講師 石川 静詠先生 (管理栄養士) 
持ち物 エプロン・三角巾・布巾2枚・マスク・上履き
申込 6月11日(日)~
電話か来館にて受付
問合せ 本牧地区センター ☎622-4501

※調理後は感染予防の為会場での試食はナシです。ご家庭にお持ち帰りください。

※ 申込先・開催場所とも、本牧地区センターとなります。ご注意ください。

予告 7/22 子どもクッキング開催予定！
詳しく中区7号広報誌をご覧ください。