



大場地域ケアプラザ 広報・地域版

# かやのき 2月号



詳細は大場地域ケアプラザ  
ホームページをご覧ください。



令和7年2月1日発行・第243号

発行 社会福祉法人横浜市福祉サービス協会  
横浜市大場地域ケアプラザ

住所 横浜市青葉区大場町383-3

TEL 975-0200

FAX 979-3200

<https://www.hama-wel.or.jp/branch/ooba/>

発行者 所長 山尾 みどり

担当 コーディネーター 佐藤 美保子

## リトミック 体験会

## リトミックで 遊ぼう!



<リトミック本講座の体験(プレ)ご案内>

■体験日時： 3月20日(木)

10:30~11:00

■対象：1歳以上の子どもさんと保護者 15組

■内容：「リトミック」の体験(プレ)

前期4月~9月/全11回/第2・4木の体験会です

■参加費：無料

■申込み：要申込み(TELまたは窓口) 先着順  
マスク着用

\*講師：矢野 ちなみ氏

日本子ども教育センター認定リトミック講師  
保育士/幼稚園教諭

### 地域の行事

2月15日(土)  
鉄小地域防災拠点  
防災訓練  
やよいが丘自治会

3月30日(日)  
花見の会  
禅当寺公園  
禅当寺自治会

### <健康づくり講座>

#### 『自分の体力を知る意味』

みなさんの「今」の体力を知ることは、健康で、  
はつらつとした生活を続けるためにとっても大切です。  
知っておくと役立つ情報をぜひ!

■日 時：3月30日(日) 10:00~11:30

■会 場：大場地域ケアプラザ 多目的ホール

■対 象：どなたでも 50名まで

■費 用：無料

■申込み：お電話または窓口へ 開催日前日まで  
担当 米山

■持ち物：筆記用具、内履き、マスク

■講 師：日本体育大学体育学部健康学科  
横山順一教授



## 佐藤靖郎 医師 (ケアプラザ協力医) より



『メディカルクリニックあざみ野院長』

### 《咳喘息について》

咳喘息は、主に長期間続く乾いた咳が特徴の疾患です。一般的な喘息とは異なり、息切れや喘鳴(ゼーゼー音)はありませんが、特に夜間や早朝に症状が悪化します。風邪やアレルギーが誘因となることが多く、気管支の炎症が原因です。治療には気管支拡張剤やステロイド吸入薬が用いられ、これにより気管支の炎症を抑え咳を緩和します。適切な治療を受けない場合、一般的な喘息に進行するリスクがあるため、早期の診断と治療が重要です。日常生活の予防策としては、室内のホコリやペットの毛、煙草の煙など咳を引き起こす可能性のある刺激物を避けることが推奨されます。また、定期的な掃除や空気清浄機の使用も有効です。咳喘息は、適切な医療機関での診察と治療を受けることで、症状の改善が見込まれます。気になる症状がある場合は、早めに医師に相談することをお勧めします。継続的なケアと注意深い管理により快適な生活を送ることができます

地域の皆様に向けて佐藤医師による『健康相談』  
を開催しております。

(第1・3月曜日 12:30~13:00)

大場地域ケアプラザまでお気軽にご予約下さい。

第93回

## かやのきコンサート

2025年3月22日(土)

~春のクラリネット & フルート 演奏会~

出演:ウインドアンサンブルコンプリオ

曲目(予定) ◎見上げてごらん夜の星を  
◎さくら(独唱) 他

時間:午後2時~(開場:午後1時30分)

\*要申込み/先着35名/参加費無料\*

\*各種講座に参加される方の駐車場のご用意はございません。  
ご来館の際は公共交通機関をご利用ください。

お問合せ・お申込み:045-975-0200まで



事業分類	講座名・内容	開催日	募集対象	参加費	定員	受付開始
子育て	さくらんぼひろば	毎月第1火曜日 10:00~11:30	未就学児と保護者	無料	自由参加	不要
	2/4(火) 大きな部屋で滑り台・ボールプール・ままごとなどで思いっきり遊びましょう！ 見守りボランティアさんもいるので安心です 次回開催は3/4(火)					
	とっぴんぱらり	毎月第4金曜日 10:30~11:30	乳幼児と保護者	100円	自由参加	不要
	2/28(金) 大人から子どもへと時代を超えて語り継がれてきた「わらべうた」「手遊び」等をお子さんと一緒に 次回開催は3/28(金) 語り手：菅野智子氏(語り手たちの会理事)					
	リトミックであそぼう！	毎月第2・4木曜日 ①10:00~10:40 ②10:50~11:30	未就園児と保護者	600円/回	1部・2部各12名	要申込
	2/13・27(木) 聞く・感じる・動かす・音を出すなど音楽を通して発達を促す効果が期待できるリトミック。お子様の能力を楽しく伸ばしましょう♪ 講師：矢野ちなみ氏(リトミック認定講師/保育士)					
	にこるーむ☺	3月18日(火) 10:00~11:30	子供の発達にお悩みの方	無料	要保育は8名まで	要申込
	子どもの発達にお困りの保護者相談室 聞き手：浜田悦子氏(療育アドバイザー)/子ども家庭支援課					
	にこっとステーション	毎月第4月曜日 10:00~12:00	子育てのお悩み・不登校や引きこもり当事者など	300円	自由参加	不要
	2/24(月) 障がいがあってもなくても集える広場。共催：障害児ママ支援グループ『nicoっと』					
高齢者	幼児安全法	2月6日(木) 10:00~12:00	子育て中の方 関心のある方	無料	先着22名	要申込
	講義のほか、誤飲時の対処法、AEDの実習・人形を使った実習を行います。 保育(先着6名 500円/人)があります。 講師：日本赤十字神奈川支部 幼児安全法指導員					
	キッズフラワーアレンジメント	2月11日(火) 10:30~11:30	4歳児以上~小学生	1,100円	先着15名	要申込
	バレンタインデー(2/14)のプレゼントにもどうぞ♡ 講師：岩田玲華氏(草月流)					
地域包括支援センター	銀のつどい	第1~4金曜日 10:00~14:30	概ね65歳以上	1日600円 半日400円	要申込	
	~いつまでも自分らしく~をモットーに、シニアの方たちの集いの場として多彩な趣味活動を行っています。気軽にご見学にいらしてみてください。 共催：銀の会					
	介護者のつどい	毎月第4水曜日 10:00~11:30	家族の介護の経験のある方	無料	20名程度	要申込
	次回2/26(水)開催 12/25は2名の初参加の方の中から、母親を介護しているタレントの言葉~介護で1番大切なのは自分を大切にすること~が紹介されました。話すだけで楽になる事もありますので是非参加お待ちしております。					
地域包括支援センター	あんしん講座第4回	2月18日(火) 10:00~11:30	どなたでも	無料	50名程度	要申込
	高齢者向けの住宅や施設の概要、選ぶ際のポイントなど知っておくと役に立つ情報をお話しします。					
	サロンde大場 場所：Stadio&Café BALENA	毎月第4金曜日 15:00~16:00	どなたでも 地域・支援者の方	無料	自由参加	不要
2/28(金) ケアプラザに色々聞いてみたいけど遠くて気軽に行けない、そんな方々、ケアプラザから出張致します。気軽にお喋りしましょう。次回3/28(金)						



※HP『お知らせ』に自主事業・行政会議等のカレンダーをUPしています。→

お問合せ・お申込み：045-975-0200まで



\*高齢者施設併設のため、館内でのマスク着用と上履きの持参をお願いしております

