

城郷だより

発行日：令和4年10月1日 第183号
発行：横浜市城郷小机地域ケアプラザ
TEL：045-478-1133
FAX：045-478-1155
発行責任者：宮原 多佳子

地域ケアプラザの相談時間の変更について

近年相談件数が増加している地域ケアプラザの日中の相談支援の充実・強化を図ることを目的に、横浜市全域の地域ケアプラザにて、福祉・保健に関する夜間相談時間が以下の通り変更されることとなりました。皆様のご理解とご協力を宜しくお願い申し上げます。

令和4年9月まで（現在）

【相談時間】

月～土：9～21時

日／祝：9～17時

年末年始及び毎月第4月曜日の施設点検日は休館

※上記以外の時間帯は、ケアプラザにかかる相談電話は、特別養護老人ホームに転送し対応しています。

令和4年10月から

【相談時間】

月～土：9～18時

日／祝：9～17時

年末年始及び毎月第4月曜日の施設点検日は休館

※上記以外の時間帯は、ケアプラザにかかる相談電話は、看護師等が対応するコールセンターに転送し対応をしています。

介護の相談以外にも様々な福祉の総合相談窓口となっています。
来所相談をされる際は、予めお電話でご連絡の上お越しく下さい。



木の實でつくるアクセサリ

秋の自然を生かした小物作りを開催します！
可愛いどんぐり帽子で作るストラップ、簡単に作れます。

【日時】令和4年10月22日(土) 13:00～14:30

【場所】城郷小机地域ケアプラザ 多目的ホール

【対象】どなたでも

【定員】10名 参加費：100円

【持ち物】水分補給用の飲み物

【申込み】9月22日(木)午前9時～ 先着順

子育て講座 参加者募集！！

11/2(水) おも城チャッチャひろば

【時間】10:15～(10:00 受付開始)

【対象】概ね0～3歳の乳幼児とその保護者

【定員】10組 【申込み】受付中

12/7(水) ママエクササイズ

with ベビー

【時間】10:00～(9:45 受付開始)

【対象】概ね0～3歳の乳幼児とその保護者

【定員】8組(zoom参加もあり)

【参加費】300円 【申込み】11月1日(火)～

- 感染症予防のため、ご来館の際は、ご自宅での検温、マスクの着用の上、消毒・換気の実施にご協力をお願いします。なお、上履きは各自でご持参ください。
- 当ケアプラザに駐車場はございません。公共の交通機関等をご利用ください。ご事情のある方は、事前にご相談ください。

城郷フェスタ 開催!

城郷小机地区センター・
城郷小机地域ケアプラザ 共催

令和4年 11月26日(土)・27日(日)

10:00~15:00

毎年秋に開催してきたイベントを、今年は城郷小机地区センターと合同で開催いたします!!ご利用されている団体の皆様の発表や展示、講座や体験会、落語や体操などを企画してご参加をお待ちしています。奮ってご参加ください♪

<地域ケアプラザ「多目的ホール」会場のスケジュール>

26日(土) テーマ「元気に食べよう!」



事前のお申し込み
受け付けます!

時間	内容	講師
10:00~11:30	栄養講座	株式会社にんべん
13:30~14:30	笑顔筋トレ	kao-Mstyle 高根美沙子氏

27日(日) テーマ「元気に活動しよう!」



時間	内容	講師
10:00~10:30	体操の体験会	花桜会
10:45~12:15	歩行測定会・運動講座	be awake 久野秀隆氏
13:30~14:30	落語	横浜出前落語会 湊家恋路氏

事前のお申込み

定員：各講座 15名 (27日の「体操の体験会」のみ10名) 抽選

申込締切：11/11(金)まで、お電話か窓口にて

抽選結果については、11/12以降お電話にてご連絡いたします。

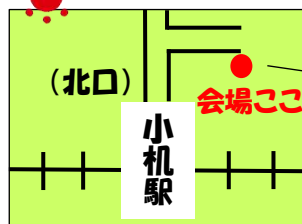
参加費
無料

小机東町内会エリアにて ラジオ体操 始まります!!

日時

毎月第1、3水曜日
9:30~9:50
雨天時は中止です

事前
申込不要



10月は、第2・4土曜日(時間は一緒)も行います。11月からは、上記の日時の通りです。

【お問い合わせ・申し込み】城郷小机地域ケアプラザ

電話：045-478-1133

受付時間：月曜日~土曜日 9:00~17:00
日曜日・祝祭日 9:00~16:00

休館日：第4月曜日はお申込みできません

学んで育てる 緑の教室

第3回『生ごみの活用について』

令和4年11月10日(木) 14時~16時

講師：資源循環局 港北事務所
港北区役所 資源化推進担当

定員：10名(年齢・性別不問)

※単発での参加も可能ですが、全回出席できる方、ケアプラザでの園芸のボランティアに継続してご協力頂ける方を優先させていただきます。

第4回『ニホンサクラソウについて』

令和4年11月16日(水) 10時~12時

講師：荘司金秋氏

苗のお土産付き!

参加費無料!

好評につき残席わずか!

居宅：ケアマネジャー

担当：松尾(管理者)・柿沼・木下・佐藤・高田



ケアマネ耳より情報 ~ショートステイ編~



介護をされていて、急なご用事や体調不良など、一時的に介護が難しくなることがあると思います。そういう時に利用できるものの一つとして、ショートステイがあります。要介護・要支援の方が利用でき、お泊まりをしながら、食事や入浴など必要な介護が受けられます。お泊まり先は、特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、ショートステイセンターなどがあります。お泊まりサービスを実施しているデイサービスに、自費で泊まることもできます。介護者の負担がたまらないようにするために、毎月定期的にご利用される方もいます。予約制となりますので、ケアマネジャーにご相談下さい。

通所介護：デイサービス

担当：鈴木、栞原(管理者)、小林、松下、斉藤(生活相談員)

デイサービスからは、季節の企画、活動の様子などをご紹介致します!



デイ夏祭り パート2!



8月26日に今年2回目のお祭りを開催しました。感染対策を徹底しながらお祭りの雰囲気味わっていただきました。



○日程や内容等は都合により変更になる場合があります。参加申込と合わせて、必ず事前にお問合せください。
○<事業団体略記号> (喫) = コーヒーショップ

月	火	水	木	金	土	日
					NEW 1	2
					映画「ペコロスの母に会いに行く」上映会	
3	4	5	NEW 6	7	NEW 8	9
ルディックウォーキング 脳トレクラシック(調整中) わいわい城郷(喫)	ごぼうハウス ☕	たまりBAこづくえ	学んで育てる緑の 教室①		行政書士無料相談会 	
10	11	12	13	NEW 14	15	16
ひなたぼっこ	ごぼうハウス 小机シネマ わいわい城郷(喫)	小机赤ちゃん会	城郷ひろば	料理講座 歴史探訪講座	大人の部活動はじめます!(講座)	ダン・ラン (男同士の 昼食会)
17	18	19	20	NEW 21	22	23
学んで育てる緑の 教室②	ごぼうハウス 頭とからだのリフレ ッシュ教室 NEW	しろさと放課後プラザ	古典を読む		木の実で作るアクセサリ 	
24/31	25	26	27	28	29	30
休館日	ごぼうハウス 	おおきなあれさんさん たまりBAこづくえ 楠の木学園(喫)	城郷ひろば			音楽市場



月	火	水	木	金	土	日
	1	2 NEW	3	4	5	6
	ごぼうハウス	おも城チャッチャ たまりBAこづくえ				
7	8	9	10	11	12	13
脳トレクラシック わいわい城郷(喫)	ごぼうハウス 小机シネマ 	小机赤ちゃん会 楠の木学園(喫)	城郷ひろば 学んで育てる緑の教室 ③	歴史探訪 介護者のつどい		
14	15	16	17	18	19	20
ルディックウォーキング ひなたぼっこ	頭とからだのリフレ ッシュ教室 ごぼうハウス わいわい城郷(喫)	学んで育てる緑 の教室④ しろさと放課後プラザ	古典を読む 			ダン・ラン (男同士の 昼食会)
21	22	23	24	25 注目!	26	27
料理講座	ごぼうハウス	たまりBAこづくえ	城郷ひろば		城郷フェスタ (一日目)	城郷フェスタ (二日目)
28	29	30				
休館日	ごぼうハウス 	おおきなあれ しろさと放課後プラザ				

【お問い合わせ・申し込み】 横浜市城郷小机地域ケアプラザ 受付時間：月曜日～土曜日 9:00～17:00

日曜日・祝祭日 9:00～16:00

電話：045-478-1133

休館日：第4月曜日はお申込みできません