

生活支援コーディネーター劇

誰もが気軽に立ち寄れる地域のサロンがオープンしています。

サロン紹介

みんなのサロン
毎月第1・3木曜日10:00~12:00
場所 第4地区会館 2階
内容 体操・喫茶サロン
簡単な体操（パタカラ体操・はまトシなど）脳トレ
茶話会・折り紙
不定期で消費者被害の講座や、スマホサポーターによるスマホ教室なども開催しています。

ばあばの家あさだ
毎週月・金曜日10:00~15:00
場所 境ノ谷30-6
TEL045-341-4248（直通）
内容 介護予防体操・健康マージャン・ガーデニングなど
参加費 100円（半日）200円（1日）
*昼食代は別途
その他、脳トレやコグニサイズ・音楽に合わせて手遊びなどメニューが豊富！
お手伝いして下さるボランティアさんも募集しています。

お問い合わせ
生活支援コーディネーター
丸山 045-261-6095

天使のほっぺ

毎月第2月曜日 10:40~12:00
3F多目的ホール 参加費無料
定員10組
0~1歳児の親子の遊び場です。お子様の発育に関する講座を専門講師をお呼びして開催します。リトミックや絵本の日もあります。

4月10日 5月8日
6月12日



詳しくは地域交流まで

令和5年 4・5・6 月事業カレンダー

社会状況等により予定が変わる場合があります

見やすい所に貼ってね!

日	月	火	水	木	金	土
	1					1 ・貸室抽選会
2	3	4 ・新大人の学校 ・大人の学校	5	6	7	8
9	10 ・天使のほっぺ	11 ・大人の学校	12 ・しあわせサロン宮崎（ランチ）	13	14	15 ・ワンコイン音楽サロン
16	17 ・ぼっぼっぽっ withみやざキッズ	18 ・新大人の学校 ・大人の学校	19 ・男性の為の料理教室	20	21	22
23	24 ・元気なほっぺ	25 ・大人の学校	26	27	28	29
30						

日	月	火	水	木	金	土
	1					1 ・貸室抽選会
4	5	6 ・新大人の学校 ・大人の学校	7	8	9	10
11	12 ・天使のほっぺ	13 ・大人の学校	14 ・しあわせサロン宮崎（ランチ）	15	16	17
18	19 ・ぼっぼっぽっ withみやざキッズ	20 ・新大人の学校 ・大人の学校	21 ・男性の為の料理教室	22	23	24 ・アフタヌーンカフェ
25	26 ・元気なほっぺ	27 ・大人の学校	28	29	30	

毎月第3月曜日 未就園児の親子ひろばとおはなし会

「ぼっぼっぽっ」with **みやざキッズ**

時間：10:45~11:30
対象者：未就園児親子
場所：3F 多目的ホール
参加費：無料

詳しくは地域交流まで 261-6095

日	月	火	水	木	金	土
	1 ・貸室抽選会	2 ・新大人の学校 ・大人の学校	3	4	5	6 ・ワンコイン音楽サロン
7	8 ・天使のほっぺ	9 ・大人の学校	10 ・しあわせサロン宮崎（ランチ）	11	12	13
14	15 ・ぼっぼっぽっ withみやざキッズ ・エンディングノート書き方講座	16 ・新大人の学校 ・大人の学校	17 ・男性の為の料理教室	18	19	20
21	22 ・元気なほっぺ	23 ・大人の学校	24	25	26	27
28	29	30	31			

デイサービス

《通所介護》
《第1号通所事業》

季節折々のイベント、各種アクティビティや体操などで社会交流・機能向上、ご本人やご家族の支援をします。毎日の健康チェック・入浴・食事・口腔ケア体操をはじめ、機能訓練・季節の行事など日頃外出する機会が少ない高齢者を対象に、ご自宅まで車で送迎します。リラクゼーションコーナー、フィットネスコーナーもあります。

8:30~送迎 ⇒ 9:00~健康チェック ⇒ 9:30~入浴
⇒ 12:00~昼食 ⇒ 13:30~機能訓練 ⇒ 14:00~選択7ヶ所アクティビティ
⇒ 15:00~おやつ ⇒ 15:30~癒し ⇒ 16:00~送迎
※他に短時間サービスもあります。

体温・血圧など測ります
入浴 車椅子のまま入れます
食事制限があっても大丈夫
おうちまで送迎します

要介護状態で要介護1から5の認定を受けた方、及び横浜市通所介護相当サービス該当者にご利用いただけます。

お問い合わせは 生活相談員まで
045-261-6095

デイサービス 随時見学受付中！送迎します

宮崎地域ケアプラザでは下記の活動ボランティアさんを探しています。

デイサービス送迎サポート（館内）やお話し相手、プラザ内の花植えの世話、お持ち帰りランチの調理補助、宮崎まつりの設営、学習サポーターなど

よこはまシニアボランティアポイント研修を受けた方や団体利用の方もご活用ください。

お問い合わせは、地域活動交流 大野 ☎ 261-6095 まで

大人の学校

計算ドリルや音読の漢字書き取り、100コマならべのすうじ版を用いて介護・認知症予防やその改善を目指す学習サロンです。学習後はレクリエーションが楽しめます。脳トレゲームや輪投げ、チーム対戦の巨大オセロで脳の活性化をアップ!! また講師による健康講座や栄養講座も企画中です。

第1~4火曜日 14:30~16:00
参加料金：1回200円
持ち物：うわばき、筆記用具

地域活動交流 大野まで
お問い合わせ下さい

電話：261-6095

地域福祉に興味のある方

サブコーディネーター募集

宮崎地域ケアプラザではサブコーディネーターを募集しています

勤務形態：パート
平日 9:00~21:00の間
※委細面談（詳細は面接時）
仕事内容：受付・電話対応・事業企画サポート・PCでの書類等作成・閉館業務等
パソコン EXCEL・WORD必須

直接当ケアプラザ受付かお電話でお問合せください。
横浜市宮崎地域ケアプラザ

045-261-6095
担当：中野