



社会福祉法人
ハマなか会

そよ風

浅間台地域ケアプラザ

発行・問合せ
浅間台地域ケアプラザ
横浜市西区浅間台6番地
電話 045-311-7200
FAX 045-311-8357

地域交流事業

地域交流事業について

地域や関係機関と連携し、住民主体の地域づくりを支援しています

貸室事業

地域住民の福祉・保健活動等の支援、活動、交流の場の提供

ボランティアの支援・養成

ボランティア講座の開催や活動の支援

講座やイベントの開催

交流や情報提供、介護予防を目的に定期的に講座を開催しています。

*プラザは子どもから大人まですべての方が対象です。見学お待ちしております

絵手紙教室

【日 時】第4月曜日 10:00～12:00
令和5年 6月26日・7月24日・9月25日
10月23日・11月27日

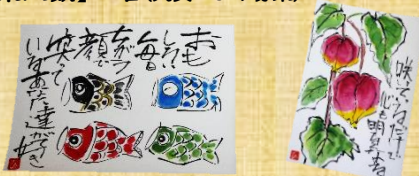
令和6年 1月22日・2月26日・3月25日

【持ち物】上履き・顔彩(あれば可)

【参加費】300円

【場 所】浅間台地域ケアプラザ

【募集人数】2名(欠員により募集)



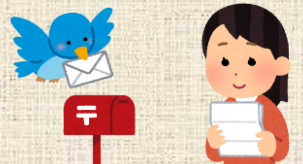
ふみの会からの募集

お手紙をいただきたい方の募集です!

独居もしくは外出が困難な高齢の方に、お手紙を郵送いたします。

●募集人数:若干名(手書きのため)

応募多数の場合は、先着順とさせていただきます



ボランティア募集

ボランティア活動していただける方のご連絡をお待ちしております

- ✳️デイサービスでのお手伝い
- ✳️講座でのお手伝い
- ✳️行事の手伝い(ケアプラザ祭りでの写真撮影など)
- ✳️地域活動

(シニアボランティアポイントカード対象施設です)

お申込み、お問合せはお気軽に地域交流まで



生活支援体制整備事業

浅間台地域ケアプラザ

ちょこっと相談

これってどうしたらよいのだろう?

浅間台地域ケアプラザに行ったら相談するのは、坂をのぼるのが大変だから難しい方

介護サービスを利用するほどではないけれども今後が不安...

ちょっと誰かに相談したいなと思ったらお立ち寄りください。

ケアプラザの職員がお話しを伺って、一緒に考えます。

相談

【日 時】毎月

第1水曜日 13:30～15:30

第4金曜日 13:30～15:30

【場 所】にこにこはうす(浅間町3丁目166-1)

【問合せ】浅間台地域ケアプラザ

担当:栗田まで

地域包括支援事業

～健康寿命を延ばそう～

フレイル予防 体力測定

参加費無料

【日 時】令和5年7月19日・9:30～11:00

【場 所】西区センター 体育室

【内 容】フレイルチェック、BMI、握力ほか開眼片足立ち、Timedup&Go (TUG)、椅子座り立ち、簡単な体操など

【対象者】西区在住 65歳以上の方

【定 員】先着30名程度(事前申込必須)

【参加費】無料

【持ち物】上履き・飲み物・マスク

【申込先】浅間台地域ケアプラザ

担当:小山まで

☎ 311-7200 7月3日より申込開始

自分の状態を知りフレイル予防に役立てましょう!

協力:西区センター、西区役所、ハートケア横浜



参加費無料

司法書士相談会

Part.1

遺言、相続、登記、成年後見等について

【日 時】令和5年8月28日(月)

① 10:00～10:45 ※お一人様 45分

② 11:00～11:45

【場 所】浅間台地域ケアプラザ

【対象者】西区在住の方

【申込先】☎ 311-7200 (予約制)

担当:野沢まで

不安なこと、分からない事などお気軽にご相談ください。

司法書士が個々にお聞きします。



【お知らせ】同居のご家族など身近に体調不良の方がいる場合、講座・貸室の利用はご遠慮下さい。

日	月	火	水	木	金	土
7月						1
2	3	4	5 チーボンロンクラブ	6	7	8 貸室 パソコンに親しむ会
9	10	11	12 親子であそび 水あそび	13	14	15 貸室 つく食べ会
16	17	18 脳トレ 折り紙	19 役立つサロン	20	21	22 貸室 パソコンに親しむ会
23 7/23 貸室 フードパントリー	24 7/24 絵手紙講座	25 脳トレ 折り紙	26 簡単ものづくり クラブ	27	28 ふみの会	29