

社会福祉法人
ハマ愛生会 **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

生活支援体制整備事業

「まだ大丈夫」って、本当ですか？ 一人で頑張らないで！

近頃、地域の方から「少し大変そうだからケアプラザに相談した方がよいと案内するけれども、みんな”まだ大丈夫”って言うんだよ。心配だよ。」という話をよく耳にします。
ケアプラザに相談をするのは、どうにも身動きが取れなくなったり、入院をした時に病院に言われて初めて相談をされる方が多いです。

たしかに、このように明確に何かが起こらないうちに相談をするのは、大げさだなど思うのかもしれませんが、しかし、何かが起こってから相談に来られた方の話を伺うと、もう少し早く相談をして頂けていたら、こんなにも不安でいっぱいになったり、疲れ果てなかったりしたのかもしれないと思うことが少なくありません。



相談



どの年齢でも、どの性別でも関係なく、頑張りすぎないことが大事です。
ケアプラザは、お話を伺って必要であれば専門職にお繋ぎすることができます。
ただ自分の思いを話すだけでも気持ちが楽になることもあります。

”まだ大丈夫”なうちにケアプラザに相談をして”つながっておく”ことが、「いざという時の備え」になって頂けると思います。
ケアプラザの坂が大変な方は、月に2回、浅間町3丁目の「にこにこはうす」で行っている「ちょこっと相談」にお立ち寄り下さい。

ちょこっと相談

【日時】毎月 第1水曜日・第4金曜日
13:30~15:30
9月6日(水) 22日(金)
10月4日(水) 27日(金)

【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 ~健康寿命を延ばす~

GoGo健康講座 参加費 無料

- 日 時: 令和5年
① 9月 8日(金)
② 10月 13日(金) 10:00~11:45
③ 11月 10日(金)
- 会 場: 第六地区連合町内会館
- 内 容: 体操・その他
- 対象者: 西区在住 65歳以上
- 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



Nカフェ

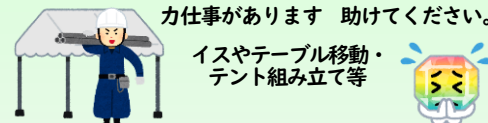
- 日 時: 毎月第4火曜日
11:00~12:00
時間内にいつでも参加できます
- 会 場: スターバックスコーヒー横浜モアーズ店
横浜市西区南幸1-3-1横浜モアーズ8階
- 費 用: スターバックスコーヒーで、好きな飲み物等
購入していただきご参加ください。
※キャラメンイトさんの協力も頂いています
- 問合せ先: 浅間台地域ケアプラザ
包括支援センター

地域交流事業

ケアフラガ祭りでの

ボランティア募集

写真撮影や出店・受付等を行って下さる方大募集



力仕事があります 助けてください。
イスやテーブル移動・テント組み立て等

その他、デイサービスや講座・地域活動等の活動をしていただける方もご連絡をお待ちしております。
シニアボランティアポイント対象の施設です。

第13回 浅間台地域ケアフラガ祭り

ケアプラザ祭りが3年ぶりに復活します!

- 日 時: 令和5年 10月 14日(土)
10:30~14:00
- 会 場: 浅間台地域ケアプラザ
- 内 容: 地域団体の演目披露(軽井沢中・岡野中・宮谷小など)薬剤師体験・バルーンアート・作品展・販売・模擬店(焼きそば・カレー等)包丁研ぎ(1人2本まで有料)などを予定。
※販売・模擬店については売り切れ次第、終了となります。

お問合せはお気軽に地域交流(荻野)まで

【お知らせ】同居のご家族など身边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	
9月						1	2
新型コロナウイルス感染症の状況により、講座日程が変更もしくは中止になる場合もございますのでご了承ください。							
3	4	5 脳トレ 折り紙	6 チーボンロン クラブ	7	8	9 貸室 パソコンに親しむ会	
10	11	12	13 親子であそび 影絵	14	15	16 貸室 つく食べ会	
17	18	19	20 役立つサロン	21	22	23 貸室 パソコンに親しむ会	
24 貸室 フードパントリー	25 絵手紙講座	26 脳トレ 折り紙	27 簡単ものづくり クラブ	28	29	30	