

舞岡柏尾地域ケアプラザ



まいか



マスコット
まいかちゃん

発行日 令和6年4月1日
 発行 (福)横浜市福祉サービス協会
 横浜市舞岡柏尾地域ケアプラザ
 住所 横浜市戸塚区舞岡町3705-10
 電話 045-827-0371
 F A X 045-827-0375
 発行責任者 所長 横山 敦子

舞柏 ケアプラザ祭り 開催します!

令和6年

開催
日時

6/2 日

10:00~13:00

会場

舞岡柏尾地域 ケアプラザ



みんなで遊びにきてね♪

募集中! “剪定クラブ” 発足!

ケアプラザ敷地内の植栽の手入れをしてくださるボランティアさんを募集しています。

第1回 開催日時

R6 4/23 火 9:30~
 ※以降 毎月第3火曜日 9:30~11:30

活動内容

ケアプラザ内の剪定、草刈り、簡単な修繕など。道具はお貸しします。(私物の使い慣れた物 ○) 未経験の方、丁寧にお教えします。

会場・申込 舞岡柏尾地域ケアプラザ

募集中! 【令和6年度】ボランティア入門講座 包丁とぎ ボランティア

包丁とぎの基本を学んで、地域で活躍してみませんか?

今年度初回 開催日時

R6 6/19 水 14:00~15:30
 ※以降 偶数月(不定期) 第3水曜日

活動内容

- ・包丁とぎの実習
- ・包丁とぎボランティア体験

費用

初回 500円
以降 100円/回

会場・申込 舞岡柏尾地域ケアプラザ

職員ご挨拶



異動いたしました。改めてよろしくお願いいたします。



ケアマネジャー
宮下 彩香

令和6年1月より、地域交流担当からケアマネジャーへ異動となりました。
 2年半の間、地域での会議やイベント、ケアプラザとしての事業や、4年ぶりのケアプラザ祭りなど、毎日が勉強になることばかりでした。支えてくださった皆様に感謝申し上げます。
 引き続きこちらの地域で働けることを嬉しく思っております。今後とも、よろしくお願いいたします。



着任いたしました。よろしくお願いいたします。



地域交流 コーディネーター
萩原 薫

令和6年3月1日に入職し、地域活動交流コーディネーターとして着任いたしました、萩原 薫と申します。
 前職は磯子地域ケアプラザでサブコーディネーターとして従事しておりました。
 職場の仲間やケアプラザをご利用の皆様のお力をいただきながら、親しみやすい集いの場として喜んでいただけるよう努めて参ります。どうぞよろしくお願いいたします。

リニューアル!

戸塚図書館から
新たに100冊!

図書の入れ替えをしました!

初めて出会う
絵本コーナー

子育て・障がいの本もあります。

お一人3冊まで
2週間貸出
可能です♪

ケアプラザには新書・漫画等たくさんの本があります。気持ちの良い季節に読書はいかがですか?

かしおのこども食堂

4月 5月 メニュー

4月12日(金) 千キンカツ
申込:3月14日(金)~

5月10日(金) 煮込みハンバーグ
申込:4月12日(金)~

舞岡柏尾
地域ケアプラザ

送迎運転スタッフ募集

送迎ドライバー大募集!
一緒に働きませんか?

有休・加入保険・福利厚生
あります。

- 職務内容 … デイサービスにおけるお客様送迎等
- 資格要件 … 普通運転免許を有し、かつ日常的に運転経験のある方
- 勤務時間 … 8:00~10:00/16:00~18:00
週3回~5回程度(応相談) ※日曜休み
- 時給 … 【平日】1,112円~1,182円
【土祝】1,141円~1,211円
※処遇改善手当含む
※曜日に応じて金額が異なります
- 加入保険 … 社会保険・健康保険・厚生年金
雇用保険・労災保険
福利厚生
有給休暇:採用から半年後に付与
休暇制度:病気、通院、服忌等
その他:健康診断
※バイク・車通勤可能です

働きやすい
職場です♪

採用担当までご連絡ください

事業名	概要	日程	内容	参加費	申込
あおぞら会	概ね60歳以上の方 9:30~10:30	4/3・17 5/1・15 (水)	3A脳活性化リハビリテーション はまちゃん体操・サロン	50円	先着順
童唱会	どなたでも 13:00~14:10	4/3 5/1 (水)	1部 皆で童謡唱歌♪ 2部 スプリングコンサート Y&Tグリーンコンサート	100円	いつでも可
まいまい クラブ	未就園児と保護者 10:00~11:30	4/4 5/2 (木)	親子リトミック 自由遊びと読み聞かせ	200円/組 無料	いつでも可
ふれあい サロン	どなたでも 13:30~14:30	4/25 5/23 (木)	昭和歌謡でレクリエーション体操 八聖殿 相澤館長による 歴史講座	100円	いつでも可
シーズン フィットネス	どなたでも 14:00~15:00	4/26 (金)	リズム・エクササイズ♪	無料	いつでも可
あったまり場	どなたでも 14:00~15:00	4/16 5/21 (火)	とじこもりがちな方や話し相手がほしい方 のためのスペースです。	無料	不要

Dr. 修行の"いきいき"コラム!!

おすすめの朝食

生活習慣病とは、生活習慣によって起こる“高血圧”“脂質異常”“心臓疾患”“糖尿病”“癌”など、多くの方が通院し、内服治療を余儀なくされています。

さて、開業医として患者様の主訴を聞いていると、便秘、肩こり、無気力、疲労感、胃もたれなど、自律神経の乱れからくるものも相当ありそうです。これらも広義の生活習慣が原因の状態と思われます。

そこで生活のリズムを整えつつ、必要な栄養素を摂る事を念頭に、「きな粉バナナ」をおすすめします。

- ・バナナ:食物繊維が豊富。便秘予防。
- ・きな粉:大腸粘膜保護作用。
- ・豆乳ヨーグルト:善玉菌を増やす。水分とカルシウム補給。
- ・シナモン:血流改善。高血圧予防。
- ・蜂蜜:免疫力アップ。疲労回復。

これらを合わせて朝食とすることで、脳や身体をウォーミングアップして元気に一日を過ごしましょう。

<お申込み・お問い合わせ> 横浜市舞岡柏尾地域ケアプラザ
TEL: 045-827-0371 FAX: 045-827-0375 ※お掛け間違いにご注意ください

各種講座やイベント情報は、ウェブサイトからもご覧いただけます

舞岡柏尾地域ケアプラザ 検索