

# カルチャー広場

11月 11月8日(金)  
午後1:30~3:00

内容：アップル  
オーナメント

参加費：300円  
申込み：10月15日(火)  
午後1:30~



12月 12月13日(金)  
午前10:00~13:00

内容：クリスマスに  
作るパン

参加費：700円  
申込み：11月15日(金)  
午後1:30~



1月 1月10日(金)  
午前9:30~12:00

内容：ウォーキング

参加費：300円  
申込み：12月15日(日)  
午後1:30~



## 交通のご案内

☆横浜市鶴ヶ峰地域ケアプラザ☆  
相鉄線 鶴ヶ峰駅下車  
徒歩約7分

TEL: 045-382-6070

FAX: 045(382)6071  
横浜市旭区鶴ヶ峰1-38-3



駐車場のご用意はありません。公共の交通機関をご利用ください。

高齢者施設を併設しているため  
マスク着用にご協力ください。



ホームページも  
随時更新中!!  
QRコード  
から  
どうぞ!

## 生活支援コーディネーター樽本の 地域とキャッチボール!

鶴ヶ峰地区の皆様、こんにちは。  
今年の夏も昨年同様の厳しい暑さ  
でしたね。そして秋の気配を待ち  
わびる今日この頃ですが、まだ  
まだこの暑さも続きそうですね。  
毎年、夏季期間の活動はお休みに  
なる事も多いと思いますが、夏の  
風物詩でもあるお祭りは今年も7月  
から9月にかけて各地域で開催されました。  
日頃、地域活動にご尽力頂いている皆様の  
顔とまた違った一面を拝見する事が出来る  
のも楽しみのひとつです。盆踊りやお神輿  
等、世代を超えた全員が主役になれるのも  
夏祭りの良い所だと思います。しかし一昔  
前とは違う夏の暑さですので、大人の皆様  
はとて大変(\*\_\*);、子供たちは暑さを満喫  
(^\_^)。しっかりと暑さ、感染対策をしつつ  
、多世代で協力しながら次の世代に繋げて  
行くとても大切な行事ですね。これからも  
夏祭りの伝統文化を継承しつつ、大切な地  
域交流の場として毎年、鶴ヶ峰地域に幸せ  
な夏が訪れる事を願っています。  
【写真】子供神輿がケアプラザに暑さを吹  
き飛ばす程の元気を届けてくれました!  
夏祭りに続いて、秋はケアプラザ開催の  
『ふれあいまつり』です。  
地域で一緒に盛り上げたいと思います。  
ぜひ皆様のお越しをお待ちしております!  
日時: 10月6日(日) 11時~14時



## 横浜市鶴ヶ峰地域ケアプラザだより



# 千羽鶴

地域版第94号

~令和6年度秋~

令和6年10月1日発行  
発行：横浜市福祉サービス協会  
横浜市鶴ヶ峰地域ケアプラザ  
住所：横浜市旭区鶴ヶ峰1-38-3  
電話：045(382)6070  
FAX：045(382)6071  
http://www.hama-wel.or.jp/office/  
tsurugamine/  
責任者：所長 志賀 厚

## 楽しいフラ教室

# Ka Hula Lea

開催日：全8回 金曜日

11月1日・8日・15日・22日・29日  
12月6日・13日・20日

時間：午後1:30~2:30

対象：どなたでも(年齢・性別問いません)  
講師：フラスーカル カフアラ  
定員：10名  
参加費：2400円(1回ごとに300円集めます)  
服装：Tシャツとスパッツ・ジャージなど動きやすいパンツ  
※パウスカートの貸出あります  
持ち物：タオル・水分補給用飲み物



お申込み：10月15日(火) 10時~電話にて先着順

## 住民座談会をご存じですか?

- ①地域にお住まいの方を中心に地域で取り  
組めることを話し合う
  - ②地域全体で支える充実したネットワー  
クづくり
- ①②を目的として開催している会議です。

## 住民座談会を開催しました

今年度は、座談会の前半で精神疾患のある方  
の支援に携わっている方々にお話いただきま  
した。  
後半は、前半のお話の中にあつた「横浜市障  
碍者後見の支援制度」の取り組みを中心に、  
活発な意見交換が行われました。

今後も9月の開催を目途に、地域の身近なテーマを題材として開催していく予定です。

## 【地域包括支援センター来所相談の方へのお願い】

相談担当職員が訪問、相談、会議などで不在の場合がございます。介護保険に関することや  
お困りごと等の相談で来所される際は、事前にお電話にてお知らせください。

福祉に関する相談専用 ☎ 045-382-6073

## 【福祉に関するオンライン相談(Zoom)受付のご案内】

ご希望の方はメールにて地域包括支援センターまでご連絡ください。  
折り返しメールにてご相談の日程をご相談いたします。

■メールアドレス tsurugamine-hp@hama-wel.or.jp



←  
ホームページ  
QRコードから  
どうぞ!



## ～終活講座～ 最新の葬儀事情

予測不可能なこの時代に何を考え、準備するべきか。この機会に考えてみませんか？

日時：11月23日(土)  
時間：13:30～15:00  
参加費：無料  
講師：株式会社ファミリー・ホール  
定員：20名



\*ご希望の方は、講座終了後、個別相談をお受けする事ができます。  
お申込みは10月21日(月)10時よりお電話にて先着順受付。  
ZOOM配信ご希望の方は  
tsurugamine-hp @hama-wel.or.jpよりお申込み下さい。

## 認知症当事者と家族のカフェ カフェdeらん

認知症当事者とその家族(介護者)の集いカフェ。毎月変わる淹れたてのコーヒーとお茶菓子を提供しています。参加者同士のお話や介護に役立つ情報などを提供しています。夫婦・親子での参加も歓迎！  
事前申込不要。お気軽にお越しください。

日時：毎月第4水曜日  
10:30～11:30  
☆11月27日(水)  
☆12月25日(水)  
☆1月22日(水)  
内容：茶話会・軽散歩など  
参加費：200円  
(お茶・お茶菓子付き)

## 司法書士による お悩み個別無料相談会

法律・相続・遺言・成年後見・死後事務委任・身元保証・見守り契約・不動産・家財整理など...  
終活に興味はあるが、何をしたいかわからない方、心配事に司法書士がお応えいたします。

開催日■奇数月の第4土曜日  
10:00～12:00  
☆11月23日(土)  
☆1月25日(土)  
受付■開催日の1か月前より  
講師■田中司法書士事務所 田中 弘毅氏  
対象■地域にお住まいの方 各日3組  
参加費■無料

## 相続について 気になることはありませんか？ 税理士相続無料相談会

税理士による無料相談会が開始しました。偶数月第3土曜日に開催します。相続はいつか必ず起こること。税理士が親身に対応します。

開催日：偶数月第3土曜日  
12月21日(土)  
時間：①10:00～11:00  
②11:00～12:00  
1日2組限定  
対象：地域にお住まいの方  
申込み：先着順  
1ヶ月前に締切  
相談員：ペンデル税理士法人 原 由香氏

鶴ヶ峰地区保健活動推進員主催

## かるがもサロン

手遊び  
パネルシアター  
読み聞かせ  
喫茶もあります



日時：原則 毎月第1木曜日  
午前10:00～11:15  
◇11月7日(木)  
◇12月5日(木)  
◇1月はお休みです

対象：未就学児とその保護者  
参加費：100円  
申込み：不要  
持ち物：上履き・下足入れ袋

☆子育て事業☆

## 子連れdeヨガ

親子で楽しみながら  
体と心をほぐしませんか？

日時：毎月第4火曜日  
午前10:30～11:30  
◇11月26日(火)  
...申込み 11/12 10:00～  
◇12月はお休みです  
◇1月28日(火)  
...申込み 1/14 10:00～  
対象：6か月～未就園児  
とその保護者

定員：8組  
参加費：各回500円  
持ち物：飲み物・上履き・下足入れ袋  
保育はありません。お子様を見守りながら、いっしょにご参加いただく講座です。



## みんなの居場所 鶴ちゃん喫茶

日頃の出来事や不安なことなど  
みんなで一緒にお話ししましょう。

日時：毎月第3月曜日  
13:30～14:30  
◇11月18日(月)  
◇12月16日(月)  
◇1月20日(月)  
対象者：おおむね65歳未満の  
集いの場を求めている方  
内容：お話し会  
参加費：無料  
定員：10名  
申込み：前日までにお電話にて  
お申込み下さい  
持ち物：飲み物・上履き  
下足入れ袋



協力医 たいクリニック  
田井先生の  
健康・もの忘れ相談会

【日時】月2回 午後2:00～午後3:00  
【場所】横浜市鶴ヶ峰地域ケアプラザ  
《事前予約制です》  
※詳しい日程はお問い合わせください。

【本誌掲載の事業についてのお申込み・お問い合わせ】

☎045-382-6070