

# 今年も本当に暑かった…

今年も昨年と同じく、酷暑でした。早いうちから暑い日が続き、「熱中症警戒アラート」も連続して発令され、まちの給水所としてケアプラザに設置した冷たい水を入れたジャグから美味しそうに水を飲む姿を何度も見かけました。

～実際、振り返れば、たくさんの事業があり、多くの方が活躍する姿を拝見することができました。～



↑読み聞かせ「おはなしの風」に子育てサークルが参加。夏休み中の兄弟児も一緒にダイナミックに楽しみました。



↑8月16日に笹下地区民生委員と屋内で夏祭り(左)、8月26日に屋外で区シルバー連合夏祭りでお店を出しました(右)。この暑さでも子どもたちは皆元気いっぱい。



好評につき  
12/27にも開催予定



↑「資生堂いきいき美容教室」の様子。「楽しかった」の声と、どなたも満面の笑み。



↑「地域食堂 LS」にて。若い音楽グループが歌と演奏を披露。デイ利用者も食堂のボランティアも一緒に歌いました。

ありがとう  
ございました

区シルバー連合夏祭りの収益はひまわりコンサートの募金及びオレンジリボンたすきリレー応援イベント資金として使用します。

## 《生活支援コーディネーターの街歩き》

地元の事業所の協力で、明治安田と一緒に「大人の塗り絵コンクール」事業を行いました。今回は日野第一地区の「五楽会」にて塗り絵を行いました。脳を活性化させて認知症予防にもつながる塗り絵を、みなさん真剣におしゃべりも忘れて取り組まれていました。「瑞穂の大地デイサービス」からお預かりした作品も含め、計16枚応募しました。10月には上大岡地区社協でも塗り絵の会を行います。色鉛筆を寄付くださった方ありがとうございました！



シラハマがあなたの町にいくよ！

# 福祉総合相談窓口地域包括支援センターより

どんなささいなことでもお気軽にご相談ください。

港南中央地域ケアプラザは、この9月より主任ケアマネジャー1名、保健師2名、社会福祉士2名の5人体制で頑張ります。

詳しくは、まずお電話にてお問い合わせください。

- 福祉に関するご相談をお受けし、必要なサービスや機関につなげます。
- 介護保険認定や行政サービスの申請を受け付けています。
- ケアプラザへの来所が難しい方には、ご自宅へ訪問します。

## ＜シニアライフ港南中央＞「高齢者施設の探し方」を開催して

9月13日に老人ホームを紹介する会社である介護施設研究所の講師をお呼びし、高齢者施設の種類や探し方についてお話いただきました。

早いうちに家族と話し合いながら、自分や家族にとって良い施設の条件とは何かを考えることが大切とのでした。



## ＜令和7年度 チームオレンジ事業＞

11月9日(日)開催 「オレンジデー 港南中央」(仮)

地域でさまざまな認知症支援を行う方々といっしょに認知症について考える一日です。

### 主なイベント

13:00～15:00  
＜オレンジカフェ港南中央＞

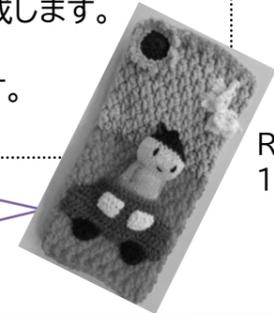
当事者も支援者もお茶を飲みながら交流します。「回想法」体験などのお楽しみもあります。お気軽にお越しください。申込不要 参加費無料。



13:00～14:30  
＜絆マフの会  
ワークショップ＞

毛糸で編む「認知症マフ」って知っていますか？マフのパーツを作って、マイ・マフを完成します。絆マフの会としてリレー応援もします。

あったかいマフ。触ってみてね！



RUN 伴のゴールは14:30頃を予定！

ふら～っとほ～む  
@港南中央地域ケアプラザ  
毎月第4金曜日に開催中

＜ふら～っとほ～む＞13:00～14:30  
仲間と顔をあわせ、お茶を飲みながら、おしゃべりしたり、歌を歌ったりして楽しむサロンです。お気軽にどうぞ。参加費は100円です。

2025		10月				
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
28	29	30 	01 赤ちゃん教室	02	03 おはなしの風	04
05	06 ゆらりんこりん	07 クラブコットン 虹の会	08 それいけ倶楽部	09 元気玉の会	10 エンジョイライフ	11 囲碁クラブ
12 クラウス/秋風コンサート	13 スポーツの日 貸室点検日	14 にっこりひろば 虹の会	15 花みずき押花倶楽部	16	17 ラポール上大岡/ふらっと	18 ささげひまわりサロン
19 オレンジリボン たすきリレー 応援イベント	20 シルバーフラダンス セカンドライブ港南中央 グループリー	21 絆マフの会 クラブコットン 虹の会	22 ココモ講座(日野第一 地区)	23	24 どれみの森/どんぐり ふらっとほーむ	25 囲碁クラブ 地域食堂LS 花のある暮らし
26 歌声喫茶	27 どれみの森/くれよん	28 東部エリア子育て連絡 会	29	30	31	01

2025		11月				
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
26	27	28	29	30	31	01 こうなん子どもゆめワールド ポップコーン販売
02	03 文化の日	04 クラブコットン 虹の会	05 赤ちゃん教室	06 ボランティアスタート講座 e-スポーツ体験	07 おはなしの風	08 シニアライフ港南中央 囲碁クラブ
09 RUN 伴横浜 2025	10 貸室点検日	11 にっこりひろば 虹の会	12 ボランティアスタート講座 シニアボランティア登録 会	13 ハレルヤ 元気玉の会	14 エンジョイライフ	15 ささげひまわりサロン
16	17 シルバーフラダンス セカンドライブ港南中央 グループリー	18 絆マフの会 クラブコットン 虹の会	19 花みずき押花倶楽部	20	21 ラポール上大岡/ふらっと	22 囲碁クラブ 地域食堂LS
23 勤労感謝の日	24 振替休日 どれみの森/くれよん	25	26 ドリームカフェ	27	28 どれみの森/どんぐり ふらっとほーむ	29 花のある暮らし
30	01					

令和7年9月発行 第105号

**港南中央  
地域ケアプラザ**

# それいゆ通信

地域版

---

発行：(福)横浜市福祉サービス協会 横浜市港南中央地域ケアプラザ 所長 鈴木 公子  
TEL 045-845-4100 FAX 045-845-4155  
住所 〒233-0003 港南区港南4-2-7  
HP アドレス: <http://www.hama-wel.or.jp/office/kounanchuou/>



## ～2025年度 講座・事業のお知らせ～

事業名	開催日時	対象	参加費	申込方法他
<b>&lt;シニアライフ港南中央&gt; 今から考える 葬儀について</b> 講師：セントラルホール横浜葬儀社	11月8日(土) 10:00~11:30	概ね65才以上の方 先着20名	無料	10月8日(水) 10時から電話または来所にて受付 (先着順)
<b>ボランティアスタート講座</b> ① ゲームスポーツ体験 ② シニアボランティアポイント登録	① 11月6日(木) ② 11月12日(水) 各10:00~11:30	どなたでも20名 (ポイント登録は65才以上の方)	無料	10月11日(土) 10時から受付(先着順)

↓↓↓この秋開催の2つのたすきリレー。応援してみませんか?↓↓↓

### 10月19日(日) 12:30~14:30

## オレンジリボンたすきリレー 応援イベント

子育て中の親と子を応援!!楽しい時間を過ごして、たすきリレーを応援しよう。

- ・着せ替えプラレール
- ・喫茶コーナー
- ・オリジナル缶バッチ作り
- ・e-スポーツ(ゲームコーナー)



14:25頃たすきの受け渡しが行われます

### 11月9日(日) 13:00~15:00

## ランとも RUN伴横浜2025

認知症の方と地域住民などが一緒にたすきをつなぎながら走る「RUN伴」。今年洋光台地域ケアプラザ～港南中央地域ケアプラザ間を走ります。14:30頃にゴールする予定です。ぜひ応援に来てください。

同日、オレンジカフェ(無料)認知症マフワークショップを開催します。お気軽にお越しください。詳細は中面・チラシで。





「ひまわりホルダー」をお持ちの10月、11月生まれの方!

更新の連絡をお願いいたします!

登録内容に変更のない場合でもケアプラザまでお知らせください。  
【問い合わせ先 845-4100】(更新無料)