

みまもりキーホルダーのご案内

いざという時に備えたい!

名前や住所、電話番号などの情報をお住まいの地域ケアプラザに登録すると、登録番号が記載されたキーホルダーをお渡しします。それを常時身に付けていただくことで、救急搬送されたり、警察に保護されたりしたときに、登録番号をもとに適切な情報提供を行うシステムです。
外出先での体調急変時や認知症による徘徊で身元がわからない場合などに、保護・救急搬送する警察関係者や救急隊が地域ケアプラザに登録情報を照会し、速やかにご家族等へご連絡することができます。



★バッグや杖など、普段持ち歩くものに付けてお使いください

●申請方法

本人確認ができる物(保険証等)をケアプラザへお持ちください。ご家族の方による申請も可能です。

●対象

・65歳以上の方
・下段の「担当エリア」に該当する方

●費用:無料

(おひとりに1個配布)

新子安地域ケアプラザ便り



令和5年11月発行 第198号

発行 (福)横浜市福祉サービス協会
横浜市新子安地域ケアプラザ
住所 横浜市神奈川区新子安 1-2-4
電話 423-1701 FAX423-1702
発行責任者 所長 山尾 みどり
<http://www.hama-wel.or.jp/office/shinkoyasu/>

司法書士による

無料相談会

11月21日(火)
13:30~15:30

1組30分 4組様限定! 要予約

・相続に関すること ・成年後見制度について
・将来のお金の管理に不安がある…
・身寄りがおらず、先々のことに不安がある…
様々な不安に対し、法律に関する専門家から助言をもらうことができます。4組限定のためお早めにご予約をお願いいたします。



寒さでからだがかたくなる季節… 体操で血流改善を目指しましょう!

いきいきシニア運動講座

身体を温めて緩め、全身がすっきりする運動方法について、運動講師より楽しく、丁寧に指導します!

■日時: 12月22日(金)
10:00~11:30

■対象: 概ね65歳以上
■参加費: 無料
■先着30名様



「生活支援コーディネーター」って何する仕事?

当ケアプラザには、「生活支援コーディネーター」という専門職が在籍しています。皆様の「あったらいいな…」「やってみたい!」と言う声をもとに地域の様々な方々や関係機関や活動団体、施設などと連携して、今お住まいの地域で安心して・自分らしく暮らしていくための“まちづくり”を皆様と一緒に進めていくお仕事です。

皆様の地域の会議やイベント・サロン等におじゃまして頂いた際には、皆さんの地域の声を聞かせて下さい。よろしくお願いいたします!



生活支援コーディネーター
松本

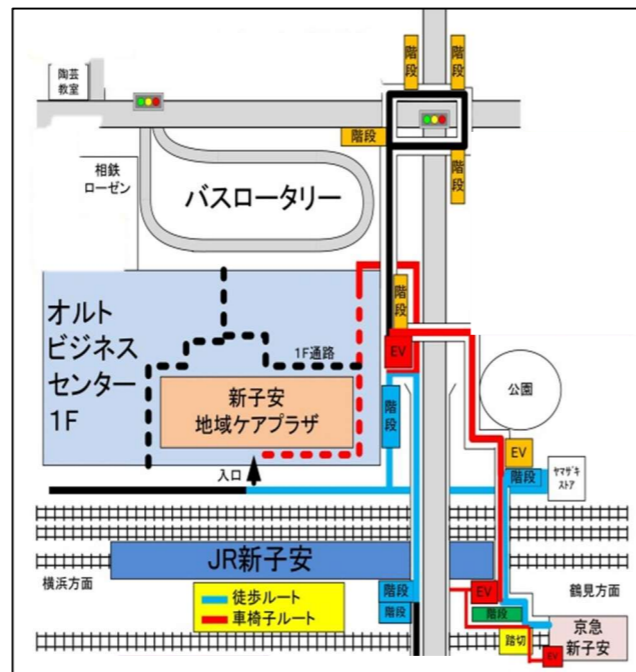
社会福祉法人横浜市福祉サービス協会 横浜市新子安地域ケアプラザ

住所: 横浜市神奈川区新子安 1丁目2-4
TEL: 423-1701 / FAX: 423-1702

- ◆開館時間: 月~土曜 9:00~18:00
日曜祝日 9:00~17:00
- ◆休館日: 第3土曜日、12月29日~1月3日
- ◆最寄駅: JR新子安駅より 徒歩3分
京急新子安駅より 徒歩3分

担当エリア

新子安 1~2丁目・子安台 1~2丁目・子安通・入江 1~2丁目・神奈川 1~2丁目・東神奈川 1~2丁目・新町・神奈川本町・浦島町・亀住町・千若町・新浦島町・守屋町・恵比寿町・宝町・山内町・星野町・出田町・鈴繁町・橋本町・瑞穂町・浦島丘



参加費無料 介護者のつとめ

~介護施設ってどんなところ?~



■12月21日(木) 10:30~12:00

今回は「介護施設ってどんなところ?」がテーマです。一口に「施設」といっても、どんな種類があってどんな違いがあるの?費用はどれくらいかかる?施設選びのプロをお招きし、選ぶ上でのポイント等、わかりやすくお伝えします。いま介護をされている方、老後のために学んでおきたい方等、ぜひご参加下さい。

囲碁将棋解放デー

参加費無料

毎月第2・4月曜日
13時~16時



参加費は無料で年齢やお住まいは問いません。開催当日、時間内にふらっと立ち寄って頂いても大丈夫です。学校終わりのお子様もご参加できます。どうぞお気軽にご参加下さい!

<今後の開催日程>

- 11月13日、11月27日
- 12月11日、12月25日

小学校や小さな
お子様も大歓迎
です!

新子安地域ケアプラザ予定表

※主催・後方支援事業を掲載しています。

日程が変更・中止になる場合がございます。

お問い合わせはこちらまで 新子安地域ケアプラザ TEL: 423-1701

11月						
日	月	火	水	木	金	土
			1 ○赤ちゃん学級	2	3	4
5	6 ○すくすくかめっ子 ■ゆる体操	7 ○活き粋ストレッチ	8 ○体操教室 ■ふれあいサロン	9	10	11 ■民謡教室
12	13 ■太極拳 ■囲碁将棋解放デー	14 ■はじめま書	15 ○すくすくかめっ子 ■おりがみ教室	16	17 ■パラダイス	18 休館日
19	20 ■ゆる体操	21 ○活き粋ストレッチ ■司法書士無料相談会	22 ○体操教室	23	24	25 ■民謡教室
26	27 ○すくすくかめっ子 ■太極拳 ■囲碁将棋解放デー	28 ■雀の会 ■はじめま書	29	30		

12月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4 ○すくすくかめっ子 ■ゆる体操	5 ○活き粋ストレッチ	6 ○赤ちゃん学級	7	8	9 ■民謡教室
10	11 ■太極拳 ■囲碁将棋解放デー	12 ■はじめま書	13 ○体操教室 ■ふれあいサロン	14	15 ■パラダイス	16 休館日
17	18 ■ゆる体操	19 ○活き粋ストレッチ	20 ○すくすくかめっ子 ■おりがみ教室	21 ○介護者のつどい	22 ○いきいきシニア 運動講座	23 ■民謡教室
24	25 ■太極拳 ■囲碁将棋解放デー	26 ■雀の会 ■はじめま書	27 ○体操教室	28	12/29~1/3 年末年始 休館日	

健康維持 趣味活動 子育て支援 その他

○：午前
■：午後

定期開催中の講座

当ケアプラザでは、年間を通して様々な講座を企画・開催しております。どの講座も初回の体験は無料です。複数の講座に参加することももちろん可能です。気になる講座がありましたらお気軽にお問い合わせください。

事業名	日時	内容	参加費(1回)
ゆる体操	<第1・3月曜日> 13:00~14:30	筋肉や骨、内臓をゆるめることで身体機能を高めま す。ゆっくりとした動きなので運動が苦手な方にも お勧めです。	500円
太極拳	<第2・4月曜日> 13:00~14:30	40歳以上対象。呼吸に合わせてゆっくりとした柔 らかい動きが特徴です。初心者やシニアの方でも参 加できます。	200円
活き粋ストレッチ	<第1・3火曜日> 13:00~14:30	体力維持・介護予防に効果的な体操・ストレッチを 行います。マット(バスタオルでも可)をご持参くだ さい。	500円
体操教室	<第2・4水曜日> 10:00~11:30	椅子に座ったままでできる筋トレやストレッチがメイ ンです。楽しい脳トレもあるので認知症予防にもお勧 めです。	500円
囲碁将棋解放デー	<第2・4月曜日> 13:00~16:00	時間内にふらっと立ち寄って対戦することができます。 お子様も参加できます。	無料
健康マージャン 「雀の会」	<第4火曜日> 12:00~15:00	今年の7月から始めました。定員10名、要予約で す。	無料
ふれあいサロン	<第2水曜日> 13:00~15:00	65歳以上の方対象。季節ごとにイベントや作品作 りなどを行っています。	500円
おりがみ教室	<第3水曜日> 13:00~14:30	65歳以上の方対象。毎月、季節にあった素敵な作 品作りをしています。	200円
民謡教室	<第2・4土曜日> 12:00~16:00	尺八の音色と力強い声が魅力的な民謡教室です。 初めての方も、まずはお気軽にご見学下さい。	500円
神奈川区 赤ちゃん学級	<第1水曜日> 10:00~11:00	0歳の赤ちゃん(第1子)と保護者の集まりです。事 前申込制(人数制限あり)神奈川区ホームページか らお申込み下さい。(対象地区:新子安、入江)	無料
すくすくかめっ子 ~親子のたまり場~	<第1・4月曜日、 第3水曜日> 10:00~11:30	地域の方たちと親子が一緒におしゃべりや仲間づ くりをする「親子のたまり場」です。開催時間内の出 入りは自由で予約は不要です。(対象地区:新子安)	無料
はじめま書 ~書道教室~	<第2・4火曜日> 15:30~17:00	(小学校1年生~6年生まで対象) 書道セット(筆、すずり、墨汁、半紙、新聞紙)をご持 参下さい。	500円
パラダイス ~学齢障がい児の 居場所~	<第3金曜日> 16:00~20:00	(未就学児~小・中・高校生対象) フリースペースとして、時間内の出入りを自由にし ております。情報交換の場としてご活用下さい。	無料
パラダイス NEXT	同上	(高校生以上の障害のある方とご家族様) パラダイスと同じ活動時間にご利用いただけます。	無料