



マスコット
まいかちゃん

発行日 令和5年5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
FAX 045-827-0375
発行責任者 所長 横山 敦子

第19回

3年ぶり



舞柏ケアプラザまつり

開催
日時

令和5年

雨天決行

6/4 日

10:00~12:30

場所

舞岡柏尾
地域ケアプラザ展示・体験
コーナー

- ・工作コーナー
- ・物品販売
- ・AI健康チェック 他



ステージ発表

- ・和太鼓演奏
- ・ウクレレ演奏
- ・コーラス 他



模擬店

屋外の食べ物は
10:30~
の販売

ウナシーが
くるよ!

戸塚区のマスコット ウナシー

抽選会
やります!

駐車場はありません。

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

当日

フードバンクも実施します

皆様から提供いただいた食品をもとに、後日配布会を実施します。

寄付していただきたい食品

- ①賞味期限が明記され、2カ月以上あるもの
- ②常温で保存可能なもの
(生鮮食品、冷凍食品、アルコール対象外)
- ③未開封であるもの
- ④破損で中身が出ていないもの

配布会日程

① 6/8 (木) 10:00~16:00
② 6/9 (金) 16:00~19:00

みんなで遊びにきてね♪



職 員 ご 挨 拶

異動しました。お世話になりました。

着任いたしました。よろしくお願いします。

副所長・生活相談員

笠石 晃

この度、4月1日付で清水ヶ丘地域ケアプラザに異動することになりました。4年3か月、大変お世話になりました。

地域の方からの優しいお声かけや笑顔で挨拶をしてくださったこと、ご協力をいただいていた実施したケアプラザ祭りや草刈り等を思い出すと温かく感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。

主任ケアマネジャー

岡田 明子

4月1日に着任しました、居宅介護支援ケアマネジャーの岡田です。美しい景観の戸塚に感激しながらお仕事させていただいています。

一日も早く、地域の皆様の頼りになる存在になれるよう、日々努めて参りますので、どうぞよろしくお願い致します。

認知症サポーター養成講座

参加費無料
先着25名

認知症サポーターとは認知症についての正しい知識を身に付け、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者（サポーター）です。認知症の方への声掛けや対応と一緒に学びませんか。

日時：5月19日（金）13:30～15:00

場所：舞岡地区センター（横浜市戸塚区舞岡町3020）

講師：戸塚区キャラバン・メイトの皆様

対象：地域の皆様どなたでも

申込：舞岡柏尾地域ケアプラザ ☎045-827-0371

介護者のつどい ふきのとう

対 象：介護をされている方や介護経験のある方
介護に関心のある方

テーマ：介護食、とろみのつけ方

講 師：介護老人保健施設 千の星・よこはま

日 時：6月8日（木）10:00～11:30

場 所：ケアプラザ2階 ボランティアルーム

前日までにお電話または窓口でお申込みください。
当日参加もお待ちしております！

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	6/7・21(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	概ね65歳以上の方 13:00～14:10	6/7 (水)	地域で活躍する様々な音楽団体 によるコンサート♪	100円	5/3～
まいまい クラブ	未就学児と保護者 10:00～11:30	6/1 (木)	劇団びよびよさんによる劇	100円	5/4～
ふれあい サロン	どなたでも 13:30～14:30	6/22 (木)	日本舞踊鑑賞会	無料	5/25～
金Yo フィットネス	どなたでも 14:00～15:00	6/23 (金)	ビギナー向け太極拳①	無料	随時
あったまり場	どなたでも 14:00～15:00	6/20 (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!!

「身体のサインを見逃さないように！」

寒い冬も終わり、3月中旬から徐々に気温も上昇し、すっかり初夏の陽気になってきました。自律神経的にも交感神経優位となり、身体症状が現れやすくなります。痺れ、関節痛、頭痛、めまい、消化不良、胃腸障害など身体の発するサインはさまざまです。高齢者だけではなく、若年者でもホルモン分泌の乱れや疲れが原因で病気の一手手前に行くことも多いです。日本人は概して鎮痛薬が大好きで、市販の〇〇ソニンやロブなどを使って症状をごまかしてしまうことが多いです。無駄な内服で肝機能障害や皮疹が誘発されることも多く危険です。見当違いの異常を感じたら、身体の発する警告かもと考えて、必要ならためらわず受診しましょう。

修行内科麻酔科クリニック
修行 均



<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

