

# かやのき 4月号



令和8年4月1日発行・第257号

発行 社会福祉法人横浜市福祉サービス協会  
 横浜市大場地域ケアプラザ  
 住所 横浜市青葉区大場町383-3  
 TEL 975-0200  
 FAX 979-3200  
 発行者 所 長 妹島 和美  
 担当 コーディネーター 佐藤 美保子



## 気になる子どものことばの相談室

言語聴覚士による **5月27日(水)**

# ことば

について  
お困りごと相談

個別相談 ①10:00~10:20 ②10:25~10:45  
 予約制 ③10:50~11:10 ④11:15~11:35

無料

対象 子どものことばについてお困りで、相談先のない幼児～学童の保護者・親子にお勧めします

講師 青葉さわい病院リハビリテーション科言語聴覚士

**個別相談 予約制 1組20分**

シニアのための

R8年度第1期

# スマホ教室

全回分要申込

全3回コース

各回

13:00~14:30

参加費各回

300円

(※お釣りのないようご準備ください)

定員10名

※ご自身のスマホを充電してご持参ください

※内容は変更になる場合がございます

第1回 **5/13(水)** 基本操作

第2回 **6/10(水)** AI入門

第3回 **7/8(水)** SNSの使い方

講師：青葉スマホ・サポーター

## 第100回 かやのきコンサート

出演：合唱団さくらそう

**5月30日(土)**

演目：・風 ・風がはこぶもの  
・水色のワルツ 他



13:30開場14:00開演 要申込/先着40名/無料

# フラワーアレンジメント

母の日 キッス 父の日

## 5/9(土) 6/20(土)

**10:30~11:30 要申込**

対象 4歳～小学生  
(未就学児は保護者同伴)

生花のアレンジメントです

定員 各回16名

参加費 各回1,100円

(当日現金にてお釣りのないようご準備ください)

持物 ハサミ・持ち帰りの袋

講師 岩田玲華氏(草月流師範)

※開催2日前以降のキャンセルは、お花代がかかりますので、ご了承下さい。詳細はお問合せ下さい。

絵に関心のある方どなたでも 講師：佐藤廣重氏

## シニアの絵画講座

定員10名

要申込

13:30~15:00 ボランティアルーム

受講料3回分300円(欠席の際の返金はありません)

第1回 4月8日(水)《座学一般》絵作りの基本  
持ち物 HB鉛筆、消しゴム 画材について

第2回 4月15日(水)《実践①》モチーフを描いてみよう！  
持ち物 好きな画材をご持参ください

第3回 4月29日(水)《実践②》モチーフを描いてみよう！  
持ち物 好きな画材をご持参ください

最近笑って  
ますか？

# 笑いヨガ

**4月25日(土) 13:30~14:30**

インドで発祥した笑いヨガの健康法・リラクゼーションを体験してみませんか？今回は珍しいヨガを地域の方へ、ご紹介します。椅子に座って行いますので、どなたでも参加できます。対象：小学生からシニアまで

要申込/先着40名/無料

※駐車場のご利用は出来ません



事業分類	講座名・内容	開催日	募集対象	参加費	定員	申込み	
子育て	さくらんぼひろば	毎月第1火曜日 10:00~11:30	未就学児と保護者	無料	自由参加	不要	
	4/7(火)ママの企画による「ピアノ演奏とパネルシアター」次回5/5(火)こどもの日						
	とっぴんぱらり	毎月第4火曜日 10:30~11:30	乳幼児と保護者	100円	自由参加	不要	
	4/28(火)大人から子どもへと時代を超えて語り継がれてきた「わらべうた」「手遊び」等をお子さんと楽しみませんか? 次回5/26(火) 語り手:菅野智子氏(語り手たちの会理事)						
	リトミックであそぼう!	毎月第2・4木曜日 ①ベビークラス 10:00~10:40 ②幼児クラス 10:50~11:30	①4カ月頃~1歳位 ②1歳半位~3歳位の未就園児と保護者	600円/回 兄弟姉妹は200円	各クラス 先着12名	要申込 体験参加ok	
	4/9・23(木)聞く、感じる、動かす、音を出すなど音楽を通して即時効果に期待できます リトミック認定講師:矢野ちなみ氏						
一般	気になる子どもの相談室	5/27(水) 10:00~11:30	保護者・親子ご家族等	無料	4組/ 各20分	要申込	
	言語聴覚士は人数が少ない希少な専門職です。子どものことばについてお困りで、相談先がない方にお勧め致します。お家で出来るトレーニング他、この機会に直接ご相談ください						
	笑いヨガ	4/25(土) 13:30~14:30	小学生以上	無料	先着40名	要申込	
地域にお住まいの方に、インド発祥の笑いヨガをご紹介します!椅子に座って行いますのでどなたでもできます是非この機会に、珍しい笑いヨガの健康法を体験してください							
かやのきコンサート	5/30(土) 14:00~15:00	どなたでも	無料	先着40名	要申込		
貸室登録団体の『合唱団さくらそう』さんによる美しい歌声をどうぞお楽しみに!							
高齢者	シニアの絵画教室(全3回)	4/8・15・29(水) 13:30~15:00	どなたでも	300円(3回分)	先着10名	要申込	
	1回目は座学一般(持ち物 HB鉛筆、消しゴム)、2回目3回目は実践(持ち物 絵具、色鉛筆、用紙など好きな画材)になります 講師:佐藤廣重氏						
	介護者のつどい	毎月第4水曜日 10:00~11:30	家族の介護の経験のある方	無料	20名程度	要申込	
4/22(水) 2/25(水)は介護をしているご家族がお金を盗ったと言うので家庭内がギクシャクして辛いとお話がありました 介護のイライラについてのお悩みなど話してほっとできる場になればと思います							

『長引く咳にご用心：感染症が増える春の健康管理』 『メディカルクリニックあざみ野院長』  
(ケアプラザ協力医) 佐藤靖朗医師より

長引く咳が続くと「花粉症かな」「風邪が治りきっていないだけかも」と考えがちですが、春はさまざまな感染症が増える時期でもあります。気温が上がり始め、人の動きが活発になることでウイルスが広がりやすくなるうえ、年度変わりの忙しさで生活リズムが乱れ、体調を崩しやすくなることも影響します。咳が長引く背景には、一般的な風邪のほか、気管支炎、肺炎、百日咳、アレルギー性の気道炎症など複数の可能性があり、自己判断だけでは見分けがつきにくいことがあります。特に、発熱が続く、息苦しさがある、夜間に咳で眠れない、痰に血が混じる、といった症状がある場合は早めに医療機関で相談することが大切です。春の健康管理で意識したいのは、手洗いは感染症予防の基本で、室内では加湿を保つことで気道の乾燥を防ぎ、ウイルスが付着しにくい環境をつくれます。また生活リズムを整えることも重要です。花粉症がある人は症状が悪化すると咳が出やすくなるため、適切な対策や治療を続けることで二次的な不調を防ぎやすくなります。咳は体が異常を知らせるサインのひとつですので、長引くときは無理に我慢せず、早めに原因を確かめることで重症化を防ぎ、安心して春を過ごすことにつながります。

地域の皆様に向けて佐藤医師による『健康相談』(第1・3月曜日12:30~13:30)を開催しております。  
大場地域ケアプラザまでお気軽にご予約ください。