

ふれあい

2023年11月号 VOL.139

子ども・子育て

シニア

ロビー販売

その他

めだか・くれよん
未就学児とその親が自由に集まれるサロン。雨の日でも部屋で遊べますのでお気軽にご参加ください。
【めだか】 11/28(火) 12/26(火)
【くれよん】 11/4(土) 12/2(土)
ともに 10:00~11:30
【申】 不要

ひなたぼっこ
高齢の方を対象に開催している月1回のサロン。毎回ゲストを迎え、楽しい企画をご用意しています。お気軽にご参加ください。
【時】11/6(月) 12/4(月) 14:00~15:30
【申】初回のみ事前にTELにて申込

パン販売「そよかぜの家」
区内の地域活動ホーム「そよかぜの家」で作っているパンを販売しています。是非、お買い求めください。
【時】 毎週火曜日 11:30~13:00

グリーンデイ
ケアプラザ周辺の緑化活動。月1回、地域ボランティアの「水仙クラブ」と一緒にお花を植えたり、花壇の手入れをします。当日飛び込み参加OK!
【時】11/9、12/21(木) 9:30~11:30
11/16(木) 9:00~11:30
【申】 不要

赤ちゃん教室
初めて子育てをする方を対象とした0歳児と保護者のための教室です。育児についての正しい知識や情報が得られます。
【時】 11/13(月) 12/11(月) 10:00~11:30
【申】 不要

つどいの場 おはり箱
お裁縫が好きな高齢の方がつどい、簡単な洋服のお直し、施設等で必要な布製品の作成などを行っています。お裁縫が苦手な方でもお気軽にご参加ください。
【時】11/1、11/8、11/22 11/29(水) 12/6、13、27(水) 13:00~15:30
【申】 初回のみ事前にTELにて申込

パン販売「あんず」
障がいのある方が働く「ジャンプ」で作っているパンを販売しています。おすすめは自家製カスタードパンです。パンはなくなり次第販売終了です。
お休み 11/3 12/29
【時】 毎週金曜日 11:30~13:00
*時間が変更になりました。
*焼き立てのパンを持っています。

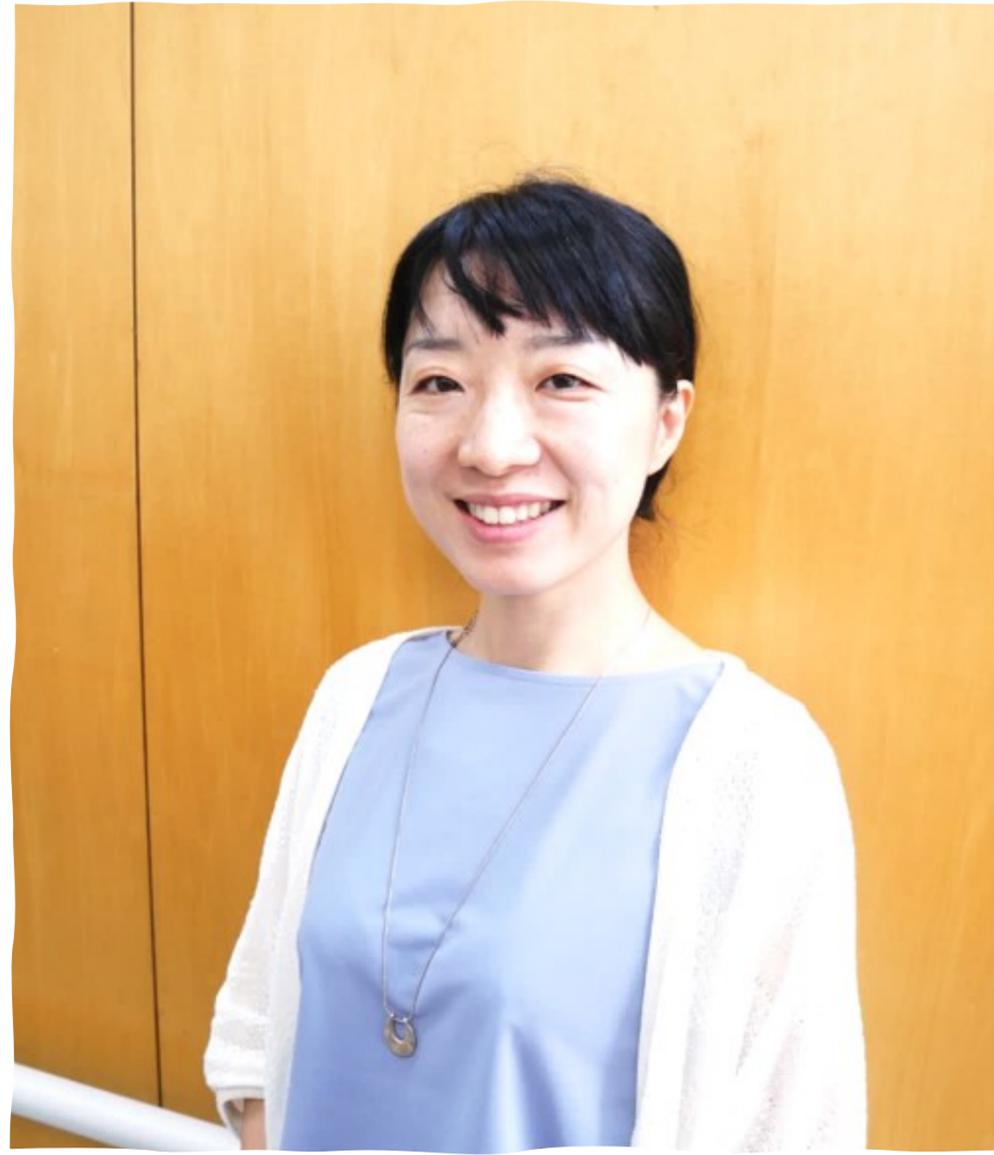
医師への健康相談
日頃気になる家族や自分の身体のこと。小田医院の小田先生が、医療の専門家の立場から優しく相談に応じてくれます。どんな小さなことでも大丈夫です。気軽にご利用ください。
【時】11/17(金) 12/15(金) 14:00~15:00
【申】 事前にTELにて予約

勉強を楽しむ会
小学生対象。地域ボランティアの皆さんがお子様の勉強をサポートします。学校の宿題や塾の予習などでもOK。
【時】11/10、24(金) 12/8(金) 15:00~17:00
【定】 10名(先着順)
【申】 当日受付可

スワンの会
現在介護を担っている方、介護を終えられた方が集まって介護の悩みを共有したり、学んだり情報交換をする集いです。
【時】11/15(水) 12/20(水) 13:30~15:30
【申】 初回のみ事前にTELにて申込

フラワーロード販売
区内の障がい者施設「フラワーロード」で育てている花や季節の野菜、工芸品などを販売しています。
【時】 毎週水曜日 10:30~14:00
お休みはありません
【正月飾り販売】 12/26(火) 12/27(水) 10:30~14:30

カフェ「GSJ」
男性ボランティアによるカフェ。オリジナルブレンドと手作りスイーツでおもてなしします。
【時】11月はお休み 12/11(月) 14:00~16:00
【費】300円
【申】不要
11/20(月) 12/18(月)は休館日
※デイサービスのみ営業
12/29~1/3は年末年始のため休館日



NPO法人コドモトの代表・上岡さん



- あなたの街の活動紹介「NPO法人コドモト」
キッズあずけ隊 参加者募集
「延ばそう！健康寿命」参加者募集

ケアプラザからのお知らせ
困りごとのご相談について
ケアプラザは介護のことなど生活でお困りのことがある場合、どなたでもご相談いただけます。東永谷地域ケアプラザまでご連絡の上、ご相談ください。
電話:045-826-1097 FAX:826-1071

ご相談は電話で予約してから
相談や訪問等があるため、急な来所の対応はできない場合があります。

お車の場合駐車場の予約を
車でなければ来所が難しい方用の駐車場が1台分あります。



横浜市東永谷地域ケアプラザ 広報紙「ふれあいの丘」(隔月発行)
発行日:令和5年11月1日 発行責任者:所長 三木 渉
住所:港南区東永谷1-1-12 TEL:826-1097 FAX:826-1071
※この広報紙は自治会・町内会の皆様のご協力により回覧しています。





NPO コドモトとは…

「子どもの育ちをみんなが見守る社会へ」「子どもと私らしく暮らせる街に」
子どもの育ちを暖かく見守る地域、ママやパパが親としてだけでなく自分らしく暮らせる社会を目指すというビジョンを掲げ、大久保最戸エリアにお住まいの上岡さんを中心に運営されています。
ホームページでの情報提供を中心に近年では防災に関するイベントも多く開催されています。

【コドモト立ち上げのきっかけ】

こちらのエリアに引っ越してきた際に『徒歩 15 分圏内くらいで子どもと遊べる公園』を調べようとしたのですが、情報が探し出せなくて不便な思いをしたことをきっかけに、ママ友数人に声をかけて 2017 年に「まちの子育て情報サイト コドモト」を立ち上げました。公園の情報からはじめたのですが、全部の公園を回って実際に見た情報を載せています。100 箇所以上の公園を回ってくれたメンバーもいました。**港南区内の公園に関しては 100%カバーしており、隣の南区も 100%です。**公園によって遊びに適した子どもの年齢が違っていたりするので、「ねんね・おすわり」「ハイハイ」「よちよち歩き」「未就学」「小学生」などの層に**おすすめなのかもわかる**ようにしています。

コドモトは 30 名くらいのメンバーで運営していますが、横浜市内だけでなく神奈川県内、千葉県や東京都など色々な所に住んでいるのでそれぞれが各地で調べた情報も増えています。現在のホームページのアクセスは月間で 5 万、年間にして 60 万アクセスほどあります。夏やお出かけシーズンは特にアクセスが増えますね。

【運営していく中で】

最初は色々手探りでやってきましたが、だんだんとこの団体でやっていくことのイメージが統一化されてビジョンに書いてあることを一体になって考えられるようになりました。はじめの頃は子育ても大変だったということもあるんですが、不安定なところもたくさんありました。今はすごく成熟してきているなど感じています。

メンバーのなかにも小さい子どもがいる人もいますが、ミーティングの中でお互いの子どものことや生活状況を共有するなど色々な話ができたり、忙しくて記事を書いたりすることが難しいメンバーがいるときには「こっちの場面で活躍してもらえるのでは」と**お互いの活躍の場面まで気を配ることができたり、大変なところはフォローしあったりと主体的に動くようになってきた**と思います。コドモト自身がコミュニティとしてもいい感じに育っているなと思っています。

会議や打ち合わせはすべて Zoom です。住んでいる場所もバラバラなので集まる場所もありませんし。定例なのは毎月、またプロジェクトごとに分かれているのでそれぞれやっている感じです。情報の方は毎週作業日みたいな感じでオンラインでつなぎながら、入れる人だけ入ったりしてミーティングしています。



▲代表の上岡さん
やさらかな笑顔が印象的です



▲コドモト HP 画面
大きい公園から小さい公園まで検索可能！
地域の集いの場も調べることができますよ

今回は子育てに関する情報提供やイベントを実施している NPO コドモトの代表の上岡さんにインタビューをしました。コドモト立ち上げの経緯やこれからのこと、活動についても伺いました。子供と一緒にイベントに参加したい、もっといろんな居場所や情報を知りたいという方、ぜひご覧ください。



▲コドモト作成の乳幼児を連れて避難する方法など防災に関して子育て世帯が知っておくべき情報をまとめた 1 冊。
東永谷 CP でも配布しています。

【コドモト 3 つの柱】

現在ですが、「**情報提供**」「**場づくり**」「**防災**」の大きな 3 つの柱で取り組んでいます。最初からこの 3 つで取り組んだというより、やっているうちにこの 3 つにまとまってきました。

防災事業に関してはコドモトが作成した「親子のための防災ハンドブック」を子育て世代に無料で配布したり各地で防災イベントを実施したりもしています。ハンドブックについては『**災害が起こったときに、大切なこの子を守りたい。でもどうやって守ったら良いだろう？**』という思いを持ったママやパパが防災の専門家と一緒に考えて作った 1 冊です。「本当に備えるべき備蓄食は？」「非常用持ち出し袋はどんなものを準備すれば？」などを掲載しており、作成した 2021 年から毎年 1 万部を配布しています。

場づくりに関しては、**特にマタニティの方との出会いの場を持ちたい**と思っています。今のお母さんたちは産むギリギリまで働いて、産んだあとは 1 歳で保育園に入れてしまう方が多いので、つながりをもちにくくなっています。産後辛くなった時に『**ここに行こうかな**』と思える場所が事前に分かっていたら出られますが、最初から分からなければ辛い時にいちいち探してなんかいられないと思いますし。

【コドモトの今後について】

切れ目のない情報発信をしたいと思っています。今まではゼロからスタートするに当たってまずは情報を貯める段階だったのですが、そろそろ整理しないとイケないなと思っています。今のトップページは色々な場所が載ってしまっているので**探したい情報がすぐに見つかるようにしたい**と思っています。例えば上大岡の事を知りたい時に上大岡の施設、上大岡の公園、上大岡のイベントみたいな感じで、そのエリアのページを作ることができれば。

このサイトを自分たちで始めましたが、『自分が住んでいる地域の子育ての情報がほしい』というニーズは昔からあって、15 年くらい前に子育てしていた方たちで『情報誌を作って配っていました』という方は結構いらっしゃるんです。紙かウェブかの違いはありますが本質的には同じことで、これから先も必要性はずっとあるんだと思います。**これから先もどんどんエリアを拡大して、繋いでいきたい。**ポータルな情報発信ができればいいなと思います。



▲コドモトぼうさいプロジェクトのページ。子育て中の方に向けた知識が身につきます。



ホームページはこちらから！



～子育て中のパパ・ママのための～ キッズあずけ隊

毎日頑張っている子育て中の皆様に、**少しの間でもお子様を預けてご自分の時間を過ごしていただきたい、そんな思いから昨年に引き続き開催となりました。**

※港南区地域子育て支援拠点「はっち」協力のもと横浜子育てサポートシステム(通称：子サポ)の提供会員の方にお子様を預かっていただくため、システムへの登録が必要となります。



日 時：12/ 5 (火) 10:00～11:00 事前登録説明会
※子育てサポートシステム登録済の方は 12/5 は不要
12/19 (火) 10:00～12:00 預かり保育
場 所：東永谷地域ケアプラザ 2F 多目的ホール
対 象：0 歳～未就学児
定 員：おこさま 10 名 (先着順)
利用料：おこさまひとり 500 円(預かり当日にお支払い)
申 込：11/10(金)～11/22(水)

電話、窓口
専用フォームから申し込み
電話：826-1097



令和 5 年度 体操教室のご案内 『延ばそう！健康寿命！』

日 時：11 月 30 日 (木) 10:00～11:00
対 象：65 歳以上の方
定 員：先着 25 名
会 場：東永谷地域ケアプラザ 2 階 多目的ホール
参加費：無料
持ち物：水分補給のための水・タオル・上履き
*ご参加の際には検温とマスク着用をお願い致します



テーマは「座って出来る健康体操」
介護予防・認知症予防には運動が効果的です。
自宅でも継続できるように健康体操を始めませんか？

問い合わせ先
東永谷地域ケアプラザ (TEL826-1097)