3月 主催事業カレンダー

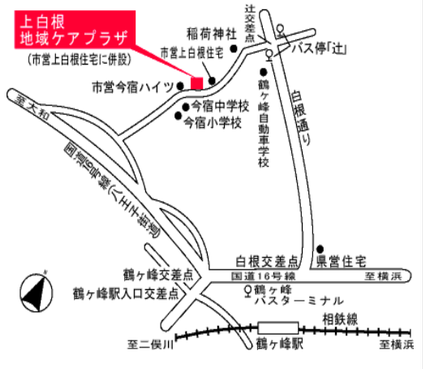
感染症等の状況により事業の変更や中止もございます。ご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土
		1 ★介護者の輪 13:30～15:30【参加自由】 ★物忘れ&健康相談 13:30～14:30【予約優先】 ★子どもの居場所 15:30～17:00【参加自由】	2	3	4	5
6	7	8 ★ぷらざ・かふぇ・ゆるり 13:00～15:00【事前問合せ】 ★物忘れ&健康相談 13:30～14:30【予約優先】 ★子どもの居場所 15:30～17:00【参加自由】	9 ★転ばん体操 9:30～12:00 【予約制】	10	11	12 ★ユルヨカ 13:00～15:00 【予約制】
13	14 ★ウォーキング講座 10:00～11:30 【コミュニティハウス】 【予約制】	15 ★子どもの居場所 15:30～17:00【参加自由】	16 ★介護予防体操ボランティア育成講座 10:00～12:00 【予約制】	17	18 ★白根学園「麦の丘」パン販売 11:30～13:00 【売切れ次第終了】	19 ★お茶のみサロン 13:30～15:00 【予約制】
20 休館日	21	22 ★子どもの居場所 15:30～17:00【参加自由】	23	24	25	26
27	28	29 ★子どもの居場所 15:30～17:00【参加自由】	30	31		

各事業のお申込み・問合せは・・・

電話：045-951-3967

★各事業の参加お申込・問合せは、上白根地域ケアプラザまでご連絡ください。
【＊ご提供いただいた個人情報は、本プラザ該当事業のみに利用し、
御本人の同意なく第三者へのご提供等目的外に使用することはありません。】



＊交通のお知らせ＊

相鉄線「鶴ケ峰駅」より
バスで約10分
○バスターミナル6番乗り場から
神奈中バス『今宿ハイツ循環
グリーンヒル上白根』バス停前

○バスターミナル７番乗り場から
【中山駅/西ひかりが丘団地】行き
「辻」バス停下車。徒歩５分。信号
すぐ左、稲荷神社の坂上り、一つめ
の信号すぐ

2022年2月27日発行

発　行　横浜市上白根地域ケアプラザ
　　旭区上白根町１１２
責任者　所長　村瀬　大亮

電　話　045－951－3967
ＦＡＸ　045－951－3971
E-mail kamishirane@yokohamashakyo.jp
URL http://www.yokohamashakyo.jp/kamishirane

上白根地域ケアプラザ新聞

2022年2月27日発行

あさがおつうしん 3月号

移動スーパーがやってくる！

＜開催の場所、曜日・時間＞

グリーンヒル上白根①　（1-2号棟の間）
月曜日（毎週）　10：30～11：00

グリーンヒル上白根②　（3-4号棟の間）
月曜日（毎週）　11：20～11：50

白根えのき公園
月曜日（毎週）　14：30～15：00

大原西公園
月曜日（毎週）　15：20～15：50

エルパティオ
火曜日(第2・第4)
11：20～11：50

大原南公園
火曜日（毎週）
14：30～15：00

※交通事情により記載の販売時間より遅れる場合がございます。
※天候によりお伺いできない場合もございます。予めご了承ください。

第47回　生活支援コーディネーターかみしらね地域活動探検記

左:栗城さん　右：西山さん

修了書授与式の風景です

令和３年度旭地域福祉マイスター講座が６回にわたり、行われました。

地域を愛し、地域を今よりももっと住みよい地区にしていこうと日々、活躍されている各地の実践者の方から事例を伺い、受講者と実践者がグループワークを重ね意見交換をしました。旭北地区からはお二人の方が受講されましたのでご紹介いたします。

栗城明日香さんは地区社協の役員でもあり、また連合自治会の総務部、主任児童委員などいろいろな活動をされています。そして西山秀介さんは自治会長のお立場から防災部を自治会に立ち上げ、いざという時は自治会で助け合う仕組みを考えておられます。そんなお二人にマイスター講座を受講した感想を伺いました。

栗城さんは「講師の方や他地区の受講者の話を聞き、とても良い刺激を受けました。今後の活動に活かしたいです」。西山さんは「実践者の話が聞けて良かったです。苦労話がもっと聞けたらよかったですが、同じように乗り越えてきた過程や、ブレずに進めてきた様子がわかってよかったです。」と感想を話されました。

この場所に生まれ育った方も、ご縁があってこの地に来られた方も地域を大切に思い、お互いを気遣い、たすけあって支え合っていけたらいいですよね。いつかみんながマイスターとなりますように。

利用者アンケート集計結果より

アンケートへのご協力ありがとうございました。皆さまからいただいたご意見を基に、当ケアプラザは皆さまにより一層ご利用していただきやすいよう、次の取り組みを進めていきます。

①積極的な声かけと笑顔であいさつを行い「お待たせしない対応」に努めます
②災害時に備えて避難方法を掲示し、施設利用者が安心して来館できるようにします
③パンフレット、チラシ等を整理し、手に取りやすい雰囲気を作るとともに照明等を管理し、居心地の良い施設となるようにします

「もの忘れ＆健康相談」　ぜひご利用ください！

どなたでも
どうぞ！

ご相談は無料です

【予約制】ケアプラザあてにご連絡ください。

今後の開催日は次のとおりです。お気軽にお越しください。
なお、先生のご都合で日程が変更になる場合やケアプラザの利用状況により中止になることもあります。

日時：３月１日・８日（予定）　13:30～14:30　／４月は未定です　（相談のある方はご連絡下さい）

医師：橋場 友則 先生（はしば内科クリニック・旭区医師会所属）

～地域で活躍しているボランティアさん紹介 vol.9～

あさがおつうしんでは地域でご活躍されているボランティアさんを連続で紹介しています。
今回はケアプラザのエントランスに素敵な生け花を飾ってくださる榎本先生をご紹介します。

【活動日】毎週火曜日
【きっかけ】以前、ケアプラザでお花を活けてくれる人を募集という回覧が自治会に回ってきたのを見たのがきっかけです。
【活動内容】ケアプラザ玄関ホールの生け花
【コメント】生け花を通した人との出会いが楽しみ。花を活けているときに男子高生から声をかけられたこともありました。複数の花を組み合わせることや何年続けていても新しい発見があることが楽しいです。花を活けるときは、花がその場に溶け込むような作品にすることを心がけています。お花を通して季節を先取りしていただくと嬉しいです。

『親子グループ遊』参加者募集！

『親子グループ遊』さんは、当地域ケアプラザで自由な遊びを軸に季節を取り入れたテーマで活動を企画運営しています。

春にはお花見、夏にはプール遊び、秋にはハロウィン、冬にはクリスマス会、時にはケアプラザの畑で芋掘りなどもしています。

まずは見学だけでもOKです。

興味のある方は、ケアプラザまでお問い合わせください。

活動日：第１・第３・第４木曜日　10：00～12：00

ぷらざ・かふぇ　ゆるり

～あなたの居場所がココにあります～
・誰かと話がしたい、一人で過ごすのはさみしい…
・お友達と一緒にコーヒーでも飲みながらホッと一息つきに。

日　時：毎月第2火曜日 13時～15時
場　所：上白根地域ケアプラザ　多目的ホール
参加費：100円

介護者の輪

介護で悩んでいることがある。
介護の情報を聞ける仲間が欲しい。
話ができる場所が欲しい。

日　時：令和4年3月1日(火)
令和4年4月5日(火)　〈予定〉
13：30 ～ 15：30

※毎月第一火曜日（祝日等の場合は第二火曜日）開催

場　所：上白根地域ケアプラザ　ボランティアルーム
持ち物：うち履き、くつ袋
参加費：無料　※予約不要です