

潮田地域ケアプラザ便り うしおダック

令和6年1月1日発行
(福) 横浜市社会福祉協議会
横浜市潮田地域ケアプラザ
横浜市鶴見区本町通 4-171-23
【電話】045-507-2929
【FAX】045-507-2930
【ホームページ】
www.yokohamashakyo.jp/ushioda/

新年のごあいさつ

謹んで初春のお慶びを申し上げます。

昨年は、潮田神社の例大祭など地域の行事が数多く行われ、活気ある一年となり、地域のつながりづくりの活動も活発に行われておりました。

潮田交流プラザ秋まつりでは、多くの地域の皆様のご協力の下、喜んでいただけるイベントを行うことができました。

ご協力とご参加について、あらためてお礼申し上げます。

本年は潮田地域ケアプラザがある潮田交流プラザが開所し30周年となります。引き続き、これまで支えてくださった地域の皆様に感謝し、お声を大切に事業や施設運営に反映させていく所存であります。本年も何卒よろしくお願いいたします。

所長 天井 雄介



『うしおだはみんな ①んせつ ②となりさんは ③いじょうぶ』のキャッチフレーズと、『誰もが安心して自分らしく暮らせる地域社会をみんなで作ります！』を目標に、今年も業務に取り組んでまいります。

職員一同



潮田地域ケアプラザ



1月号 もくじ

1面・・・新年のごあいさつ

2面・・・GOGO 健康講座

3面・・・講座開催のお知らせ

4面・・・ランタンフェスタ報告



潮田地域ケアプラザ
ホームページ

GO!GO!健康講座を開催します！

今年度2回目の「GO!GO!健康講座」を下記の日程にて開催いたします。

いくつになっても、できるだけ自立した生活を送るために必要な運動や食事などについて紹介します。

日 時： 1月23日（火）ロコモ予防について（株式会社 HRS 井田徹氏）
1月30日（火）栄養について（管理栄養士 小澤早苗氏）
2月 6日（火）口腔について（歯科衛生士 北原文子氏）
2月20日（火）認知症について（ピーアウェイク 高橋裕文氏）
いずれも13時30分から15時00分まで

会 場： 潮田公園コミュニティハウス

対 象： おおむね 60 歳以上の地域の皆様

参加費： 無料（1日のみの受講も可）

持ち物： 飲み物、筆記用具（必要な方）

申込先： 潮田地域ケアプラザ（507-2929）



1回目（6月）の講座の様子

今回は下記日程でも「GO!GO!健康講座」を開催します。

ケアプラザやコミュニティハウスから遠い場所にお住まいの皆様、この機会にぜひご参加ください。

日 時： 2月26日（月）ロコモ・フレイル予防について
～人生を元気に過ごすための秘訣～
3月 4日（月）認知症の予防について
～脳とカラダを若々しく保つコツ～
いずれも10時30分から11時30分まで

会 場： 特別養護老人ホーム しょうじゅの里小野
(下野谷町 4-145-18)

講 師： しょうじゅの里小野 施設長 理学療法士 鳥澤清人氏

対 象： おおむね 60 歳以上の地域の皆様

参加費： 無料（1日のみの受講も可）

持ち物： 飲み物、筆記用具（必要な方）

申込先： 潮田地域ケアプラザ（507-2929）



認知症サポーターフォローアップ講座

過去に認知症サポーター養成講座を受けた方や認知症について関心のある方向けの講座を次のとおり開催いたします。ぜひご参加ください。

日 時： 令和6年2月20日（火）10：30～12：00

会 場： 潮田地域ケアプラザ 多目的ホール

内 容： 認知症かな？と思ったら ～在宅での認知症の方への接し方～

講 師： ヘルパーステーションうしおだ 介護福祉士 田中 真希子氏

定 員： 先着 30 名

参加費： 無料

申込先： 潮田地域ケアプラザ（507-2929）



担当： 河村・前田・山田

お電話にてお申し込みください。申込締切：2月16日（金）

よこはまシニアボランティアポイント登録研修会

高齢者のボランティア活動が、ご本人の介護予防・健康維持の促進や、社会参加・地域貢献を通じた生きがいづくりにつながるため、介護保険制度の中の地域支援事業として始まった事業です。

これまでの知識や経験を地域で活かしてみませんか？

日 時： 令和6年2月3日（土）10：00～12：00

会 場： 潮田地域ケアプラザ 多目的ホール

対 象： ボランティア活動に関心がある 65 歳以上の方

内 容： よこはまシニアボランティアポイントとは？

ボランティア活動とは？

定 員： 15 名 **参加費：** 無料

持ち物： 介護保険証（登録の際に必要になります。必ずお持ちください。）

筆記用具

申込先： 潮田地域ケアプラザ（507-2929）へお電話か、

右記の二次元コードよりお申込みください。

申込締切： 1月29日（月）



受講後にカードを発行します。



「鶴っこ販売」好評開催中！

毎月第二、第四水曜日の 11 時から 12 時頃まで、「鶴っこ販売」をケアプラザ前で開催しています。

焼きたてパンやクッキー、実用小物など取り揃えています。

パンはピザパンやシナモンロールなど、焼き菓子はワックンサブレ、マドレーヌ、アーモンド風味のスノーボールや、ごま・くろこしょう・ココアのクッキーがあります。毎回欠かさずいらして、お目当てのものを購入してくださる方もいらっしゃいます。皆様もぜひお立ち寄りください。



目印は黄色いのぼり



さまざまな味のベーグル



おいしい焼き菓子



可愛いネコのクリップ

ランタンフェスタ開催しました！

「クリスマス・ランタンフェスタ 2023」を、12 月 16 日（土）に潮田公園プールで開催しました。

当日は強風のため、運営に協力いただいた地域の方やボランティアの皆様は度々消えてしまうランタンに着火するのが大変でしたが、2,000 個以上のランタンがプールの水面に幻想的な風景を映し出しました。参加回数の多い団体からは昨年よりもバージョンアップしたランタン、今年初参加の団体（潮田保育園、グループホーム彩、多文化共生つるみの会）からも多くのランタンが提供され、イベントを盛り上げてくださいました。

多くの方が来場し、地域の方が演奏する音楽を聴きながら、ランタンの灯を見つめ穏やかに年末のひと時を共有することができました。



「クリスマス・ランタンフェスタ 2023 実行委員会」

（潮田中央地区連合会・潮田公園・潮田公園コミュニティハウス・潮田地域ケアプラザ）

～休館日のお知らせ～

横浜市潮田地域ケアプラザの

休館日は毎月**第4月**曜日です。

《お問い合わせ》

横浜市潮田地域ケアプラザまで

電話 045-507-2929

FAX 045-507-2930

