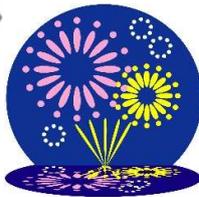




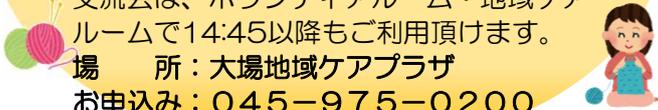
詳細は大場地域ケアプラザ
ホームページをご覧ください。



令和6年8月1日発行・第237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
<http://www.hama-wel.or.jp/>
 発行者 所長 山尾 みどり
 担当 コーディネーター 熊谷 昌子

【認知症マップ報告会 & 交流会】 9月26日(木) 13:30~14:45

皆様のご協力により、横浜総合病院をはじめ区内高齢者施設にて認知症マップをご活用頂き、沢山の喜びのお声を頂いています！
 交流会は、ボランティアルーム・地域ケアルームで14:45以降もご利用頂けます。
 場 所：大場地域ケアプラザ
 お申込み：045-975-0200



シニアのための健康×安全運転講座

～桐蔭横浜大学と日産自動車との
研究事業として行います～

日時：8/27・9/10・9/24・10/8・10/22・
10/29・11/5 (全て火曜)

定員：20名

対象：65歳以上で、日常的に運転されている方。
出来る限り全回参加可能な方



サロンde大場

場所：Stadio & Cafe BALENA
元石川町 3711-1

日時：毎月第4金曜日

※8月と1月はお休み

午後3時～4時 出入りは自由です

内容：おしゃべり & ご相談（介護保険、生活での困りごと、趣味の場、認知症についてなど）

詳しくは大場地域ケアプラザHP、お電話又は窓口へ



2024近隣夏祭り情報

・大場町一心会 盆踊り大会

8/3(土) 17:00~21:00

大場かやのき公園・多目的広場

※雨天時は8/4(日)に順延予定

・くろがね夏まつり

8月3日(土) 18:00~21:00

鉄小学校

・禅当寺 納涼懇親会

8/4(日) 17:00~19:00

禅当寺公園

・あざみ野祭り

8/31(土) 14:00~21:00

学校予定地(あざみ野1-15)

※雨天中止



かやのきコンサート・演芸会 ☆出演団体募集☆

昨年まで「かやのき祭り」で発表の場を設けて
いましたが、今年は形を変えて実施します！
お問合せ：大場地域ケアプラザ電話又は窓口へ



『メディカルクリニックあざみ野院長』 佐藤靖郎医師(ケアプラザ協力医)より

夏バテは、暑い季節に体調が崩れる症状のことを指します。主な原因は暑さによる体力の低下や食欲不振です。適切な対策を取ることで健康的な夏を過ごすことができます。

- ・水分補給：こまめに水分を摂りましょう。水分不足は体調不良の原因となります。
- ・適切な栄養：香味野菜や香辛料を活用したメニューを選び、栄養をしっかりと摂りましょう。
- ・質の良い睡眠：規則正しい生活リズムとひんやりした寝具を使って、疲れを残さない睡眠を心掛けましょう。
- ・冷房の適切な利用：適切な温度設定をし、体に負担をかけないようにしましょう。
- ・紫外線対策：日焼け止めや帽子、サングラスで肌と目を守りましょう。
- ・ストレス管理：リラックス法や趣味を楽しむ時間をもちましょう。ストレスは免疫力を低下させます。

これらのポイントを意識して、健康的な夏を楽しんでください！
地域の皆様向け佐藤医師による『健康相談』開催しています。(第1・3月曜日 12:30~13:00)
大場地域ケアプラザまでお気軽にご予約ください。

《 夏バテ対策 》

お問合せ・お申込み：045-975-0200まで

*各種講座に参加される方の駐車場のご用意はございません。
ご来館の際は公共交通機関をご利用ください。



事業分類	講座名・内容	開催日	募集対象	参加費	定員	受付開始	
 8月のみ第5に変更しています	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	
	8/6(火)『七夕飾り』開催です。大きな部屋で滑り台・ボールプール・ままごとなどで思いっきり遊びましょう！見守りボランティアさんもいるので安心です。次回開催は9/3(火)です。						
	とっぴんぱらり	毎月第4金曜日 10:30~11:30	乳幼児と保護者	100円	自由参加	不要	不要
	8/23(金) 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」等をお子さんと一緒に。毎月第4金曜、地域ケアルームにて。 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 ①10:00~10:40 ②10:50~11:30	未就園児と保護者	600円/回	1部・2部 各12名	要申込	要申込
	8/29(木) 聞く・感じる・動かす・音を出すなど音楽を通して発達を促す効果が期待できるリトミック。お子様の能力を楽しく伸ばしましょう♪ 講師：矢野ちなみ氏(リトミック認定講師/保育士)						
	にこるーむ☺	年4回火曜日 10:00~11:30	子供の発達に お悩みの方	500円	要保育は 8名まで	要申込	要申込
	(6/18開催済)9/17(火)・12/27(火)・3/18(火)お子さんの発達や育て難さにひとり悩まれていませんか にこるーむ☺はそんな保護者の方に寄り添うひろばです 聞き手：浜田悦子氏(おうち療育アドバイザー)						
	にこっとステーション	毎月第4月曜日 10:00~12:00	子育てのお悩み・ 不登校や引きこもり 当事者 など	300円	自由参加	不要	不要
	8/26(月) 障がいがあってもなくても集える広場。子育てのお悩みや引きこもり・不登校など、どんな悩みも気軽に話して気持ちを軽くしてみませんか♪共催：障がい児ママ支援グループ『nicoっと』						
子育て	おもしろ科学・de・工作	8/4(日) 13:30~15:00	未就学児 ~小3年生	300円	先着 15名	要申込	
	『くびりモーちゃん』を作ります。頭にふれると首もしっぽもゆらゆら♪なぜかな？秘密を探っちゃおう！ 講師：おもしろ科学たんけん工房						
	竹の楽器ワークショップ	8/20(火) 13:00~15:00	未就学児 ~小3年生	100円	先着 10名	要申込	要申込
竹を使った楽器を手作りしませんか？作成後は、デイサービスで発表会を開催予定です。夏休みの工作として体験してみてくださいね。未就学児は、保護者同伴となります。							
一般	キャンドルホルダーワークショップ	8/5(月)14:00~15:00 8/20(火)10:00~12:00	どなたでも	無料	各回 25名	要申込	
「認知症やさしい街プロジェクト」。昨年に引き続き牛乳パックでのキャンドルホルダーを作ります。オレンジ色のあたたかな灯りを楽しめます。 協力：やさしい街あざみ野実行委員会							
高齢者	銀のつどい	第1~4金曜日 10:00~14:30	概ね65歳以上	1日600円 半日400円	要申込	要申込	
~いつまでも自分らしく~をモットーに、お元氣なシニアの方たちの集いの場として体操・ポッチャ・手芸・健康麻雀・講演会・ミニコンサートなど、多彩な趣味活動を行っています。 共催：銀の会							
地域包括支援センター	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	
	8/28(水)開催。6/26(水)は、4名の参加でした。人生の一番の思い出は戦争時代のこと。食料がなく大変だった生活の話から、そんな中でも工夫し、楽しんだ昔の遊びについて、みんなで盛り上がりました。						
	サロンde大場 場所：Stadio & Café BALENA	毎月第4金曜日 15:00~16:00	どなたでも 地域・支援者の方	無料	自由参加	不要	不要
★8月と1月はお休みです。ケアプラザに色々聞いてみたいけど、遠くて気軽に行けない、そんな方々、ケアプラザが出張いたします。気軽にお喋りいたしましょう。9月からお待ちしております！							

※HP『お知らせ』に自主事業・行政会議等のカレンダーをUPしています。

お問合せ・お申込み：045-975-0200まで



*高齢者施設併設のため、館内でのマスク着用と上履きの持参をお願いしております