

発行 (福)横浜市福祉サービス協会
横浜市新子安地域ケアプラザ
住所 横浜市神奈川区新子安 1-2-4
電話 423-1701 FAX423-1702
発行責任者 所長 小峰 宏美
<http://www.hama-wel.or.jp/office/shinkoyasu/>



6月号

ヘルプマークを知っていますか？

ヘルプマークとは、援助や配慮が必要としている方々が、そのことを周囲に知らせることで、援助を得やすくなるよう作成されたマークです。

もともとは東京都にて作成されましたが徐々に全国に広がり、現在は全ての都道府県で利用されています。ヘルプマークの配布の際は、特に書類等の提示は必要なく、お申し出に対しすぐにお渡しすることができます。御家族等が代わりにいらっしゃる場合もお渡し可能です。



お近くのケアプラザや、各区役所で配布しています。

新子安地域ケアプラザでの車イスの借り方について！

新子安地域ケアプラザでは車イスを最大 2 週間無料でお貸出ししています！

- Step1. お電話、または直接のご来館にて使用可能な車イスがあるかをご確認ください。
- Step2. **窓口にて申し込み書類を記入**、申請の際に書類等の提示はございません。
- Step3. その場で車イスをお貸出しします、貸し出し期限内までに返却いただきますようお願いいたします。



社会福祉法人横浜市福祉サービス協会
横浜市新子安地域ケアプラザ
住所：横浜市神奈川区新子安 1 丁目 2-4
TEL：423-1701 / FAX：423-1702

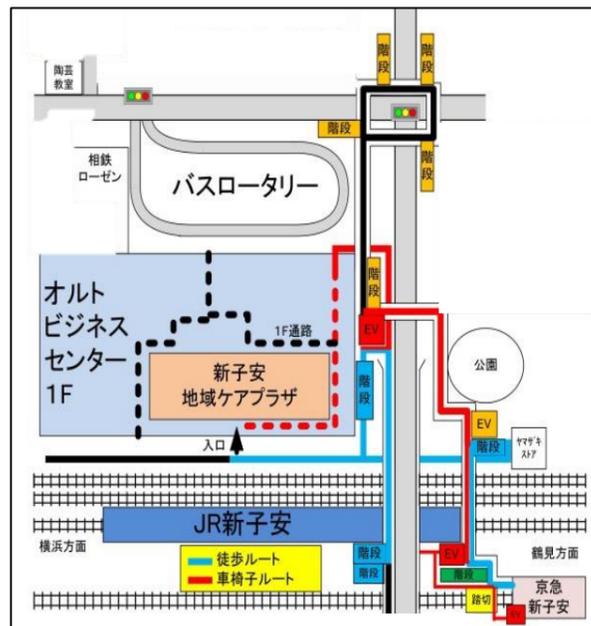
◆開館時間：月～土曜 9:00～18:00
日曜祝日 9:00～17:00

◆休館日：第3土曜日、12月29日～1月3日

◆最寄駅：JR 新子安駅より 徒歩3分
京急新子安駅より 徒歩3分

担当エリア

新子安 1～2 丁目・子安台 1～2 丁目・子安通・入江 1～2 丁目・神奈川 1～2 丁目・東神奈川 1～2 丁目・新町・神奈川本町・浦島町・亀住町・千若町・新浦島町・守屋町・恵比寿町・宝町・山内町・星野町・出田町・鈴繁町・橋本町・瑞穂町・浦島丘



フレー！フレー！フレイル予防！第2弾

♪音楽とリズムで楽しくフレイル予防♪

日時：6月10日(火)、10:00～12:00
場所：新子安地域ケアプラザ
対象者：概ね 65 歳以上の方
講師：日本音楽療法学会認定 音楽療法士 高橋 亮太郎先生
内容：歌唱(童謡、唱歌、昭和歌謡曲)音楽を使った体操、脳トレ

ご予約お待ちしております！



認知症サポーター養成講座開催のお知らせ！

日時：6月13日、10時～11時30分
場所：新子安地域ケアプラザ
定員：20名
参加費：無料

参加者の皆様には**認知症サポーターカード**を授与いたします。

認知症サポーターとは何かを特別にやってもらうものではありません！
認知症を正しく理解し、**認知症の人や家族を温かく見守る応援**をします。

療育特化型事業所ティアース1st×新子安地域ケアプラザ協力企画 発達相談会開催のお知らせ

お子さんの気になること、専門家に相談してみませんか？

日時：6月5日 10時～12時まで
対象：就学前のお子さんを育てている保護者様(親子で参加可能です。)
会場：新子安地域ケアプラザ ボランティアルーム

予約不要で無料の参加ができます！
ご予約お待ちしております。



新子安地域ケアプラザ予定表

※主催・後方支援事業を掲載しています。

日程が変更・中止になる場合がございます。

お問い合わせはこちらまで 新子安地域ケアプラザ TEL: 423-1701

6月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2 ○すくすくかめっ子 ■ゆる体操	3 ○活き粋ストレッチ	4 ○赤ちゃん学級	5	6	7
8	9 ■太極拳 ■囲碁将棋解放デー	10	11 ○体操教室 ■ふれあいサロン	12 ■子雀の会	13	14 ■民謡教室
15	16 ■ゆる体操	17 ○活き粋ストレッチ	18 ○すくすくかめっ子 ■おりがみ教室	19	20 ■パラダイス	21 休館日
22	23 ○すくすくかめっ子 ■太極拳 ■囲碁将棋解放デー	24 ■雀の会	25 ○体操教室	26	27	28 ■民謡教室
29	30					

7月						
日	月	火	水	木	金	土
		1 ○活き粋ストレッチ	2 ○赤ちゃん学級	3	4	5
6	7 ○すくすくかめっ子 ■ゆる体操	8	9 ○体操教室 ■ふれあいサロン	10 ■子雀の会	11	12 ■民謡教室
13	14 ■太極拳 ■囲碁将棋解放デー	15 ○活き粋ストレッチ	16 ○すくすくかめっ子 ■おりがみ教室	17	18 ■パラダイス	19 休館日
20	21 ■ゆる体操	22 ■雀の会	23 ○体操教室	24	25	26 ■民謡教室
27	28 ○すくすくかめっ子 ■太極拳 ■囲碁将棋解放デー	29	30	31		

健康維持 趣味活動 子育て支援 その他

○：午前
■：午後



定期開催中の講座



当ケアプラザでは、年間を通して様々な講座を企画・開催しております。どの講座も初回の体験は無料です。複数の講座に参加することももちろん可能です。気になる講座がありましたらお気軽にお問い合わせください。

	事業名	日時	内容	参加費 (1回)
健康維持	ゆる体操	<第1・3月曜日> 13:00~14:30	筋肉や骨、内臓をゆるめることで身体機能を高めま す。ゆっくりとした動きなので運動が苦手な方にも お勧めです。	500円
	太極拳	<第2・4月曜日> 13:00~14:30	40歳以上対象。呼吸に合わせてゆっくりとした柔 らかい動きが特徴です。初心者やシニアの方でも参 加できます。	500円
	活き粋ストレッチ	<第1・3火曜日> 10:00~11:30	体力維持・介護予防に効果的な体操・ストレッチを 行います。マット(バスタオルでも可)をご持参くだ さい。	500円
趣味活動	体操教室	<全6回コース> R7.4/9.4/23 5/14.5/28 6/11.6/25 10:00~11:30	65歳以上の方対象の介護予防教室、定員30名 いつまでも生き生きと笑顔で楽しく過ごせるよう、 ストレッチ、筋トレ、脳トレを運動療法士の講師のも と実施します。	全6回 3000円 (一括払い)
	囲碁将棋解放デー	<第2・4月曜日> 13:00~16:00	時間内にふらっと立ち寄って対戦することができます。 お子様も参加できます。	無料
	健康マージャン 「雀の会」「子雀の会」	<第4火曜日> <<第2木曜日>> 12:00~15:00	同じ趣味を持った方々の「つどい・交流の場」として 両日とも定員16名(4卓)で行なっています。 「子雀の会」は、主に初心者対象としています。	無料
	ふれあいサロン	<第2水曜日> 13:00~15:00	申し訳ありません 現在この教室は満員の為、募集を中止しております 登録済みの方は、ご参加いただけます！	
	おりがみ教室	<第3水曜日> 13:00~14:30	申し訳ありません 現在この教室は満員の為、募集を中止しております 登録済みの方は、ご参加いただけます！	
子育て支援	民謡教室	<第2・4土曜日> 12:00~15:00	尺八の音色と力強い声が魅力的な民謡教室です。 初めての方も、まずはお気軽にご見学下さい。	月1000円
	神奈川区 赤ちゃん学級	<第1水曜日> 10:00~11:00	0歳の赤ちゃん(第1子)と保護者の集まりです。事 前申込制(人数制限あり)神奈川県ホームページか らお申込み下さい。(対象地区:新子安、入江)	無料
	すくすくかめっ子 ~親子のたまり場~	<第1.4月曜日、 第3水曜日> 10:00~11:30	地域の方たちと親子が一緒におしゃべりや仲間づ くりをする「親子のたまり場」です。開催時間内の出 入りは自由で予約は不要です。(対象地区:新子安)	無料
その他	はじめま書 ~書道教室~	<第2・4火曜日> 15:30~17:00	こちらの講座は令和7年5月で終了となりました。	500円
	パラダイス ~学齢障がい児の 居場所~	<第3金曜日> 16:00~20:00	(未就学児~小・中・高校生対象) フリースペースとして、時間内の出入りを自由に しております。情報交換の場としてご活用下さい。	無料
	パラダイス NEXT	同上	(高校生以上の障害のある方とご家族様) パラダイスと同じ活動時間にご利用いただけます。	無料