



お誘い

男性のための料理教室

「料理をしたことない」そんな地域の男性を対象とした料理教室を行います。泉区食生活等改善推進員(ヘルスマイト)と一緒に簡単な料理を作りながら、料理の基本を学んでみませんか？

日時：平成23年12月2日(金)10時～(受付は9時50分開始)

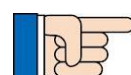
場所：新橋地域ケアプラザ 調理室

対象：30歳以上で料理初心者の男性 15名程度

費用：350円(テキスト代)

持ち物：筆記用具、エプロン、三角巾

内容：①男性の食生活の現状と改善点について
②調理実習(肉じゃが、味噌汁、ご飯)



お申込み、お問い合わせは・・・

新橋地域ケアプラザまで (☎045-813-3877)

お車でのご来場は、お控えください。

《お申込み・お問い合わせ》

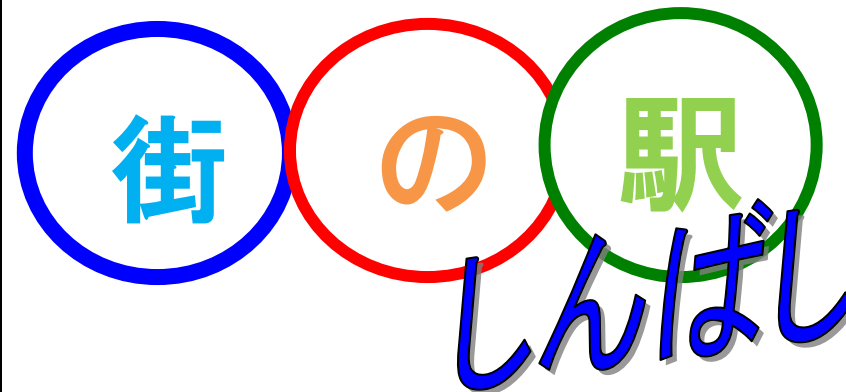
広報誌「街の駅しんばし」は、社会福祉法人開く会のホームページからでも見ることができます。

「新橋地域ケアプラザ」で検索！

横浜市新橋地域ケアプラザ
☎ 813-3877



横浜市新橋地域ケアプラザ



広報誌 11月号

〈発行〉横浜市新橋地域ケアプラザ
泉区新橋町33-1 TEL813-3877

〈発行日〉平成23年10月25日

〈発行責任者〉西隈 肇



2周年ありがとうまつり

新橋ケアプラザ・コミュニティハウスは、お陰さまで12月に開館2周年を迎えます。ケアプラザには、この1年も素敵な活動や団体がどんどん増えています。

今回の「ありがとうまつり」ではケアプラザで活動している団体にそれぞれの活動のPRとともに日々の活動のお披露目の場・団体同士の交流を目的に作品展・実技発表会を開催いたします。おいしい模擬店コーナーなどお楽しみもあり♪

楽しいひと時を子どもから大人まで皆で一緒に過ごしませんか？

12月10日(土)

10:00~14:00

ケアプラザ
&
コミュニティ
ハウス

活動発表・工作

☆多目的ホール☆

〈午前 実技発表会〉

- ・楽器演奏、リトミック
- ・詩吟、空手 など。

〈午後 遊びコーナー〉

- ・カード作り
- ・ほっこりあそびの広場

体験・展示

★地域ケアルーム☆

- ・活動パネル展示

ほか

☆機能訓練室☆

- ・デイサービス
作品展示会

模擬店

☆駐車場☆

- ・模擬店
- ・福祉施設のパン販売



地域活動交流

健康サロン ウォーキングの会を開催しました。

9月12日(月) 晴れ



当日は天気に恵まれ参加者スタッフを含め16名の参加でした。

はまちゃん体操で体を温めたあとケアプラザを出発し「楽しく！元気よく！」を掛け声にお弁当持参でウォーキングをしてきました。目的地は西が岡にある「泉の森ふれあい樹林」、距離にして約2.5キロ。ウォーキングは血液の流れを良くし脳に十分な酸素や栄養が送られるため、認知症予防にも効果的といわれています。

次回は12月12日(月)室内で調理と脳トレゲームを行ないます。皆さまのご参加お待ちしております。



介護者のつどい 落語の会を開催しました。

9月27日(火) 晴れ



毎年恒例の拡大版介護者のつどいでは、「健康は笑いから」をテーマに横浜落語会の方をお招きし、笑いをお届けしました。

介護者のつどいは、現在介護している介護者の方や介護を経験された方、自分の勉強のために参加されている方と一緒にお茶を飲みながら、施設見学会や勉強会、食事懇親会などを通し介護について学んだり心の不安を話し合ったり、日々の力になる場です。

健康体操教室なかかわ 開催しました。

10月14日(金) 晴れ



中川地区社協が中心となり、10月より毎月第2金曜日岡津町内会館で「いつまでも自分の脚で歩く」をテーマに体操教室が始まりました。

お家でも簡単にできる下肢筋力を鍛える体操を行いました。

「継続は力なり」ということわざもあるように全6回コースとなっています。

「1回だけなら参加できるわ」「ちょっと行って見ようかな?」と、そう感じた皆さま、お気軽にお問合わせください。次回の開催は11月11日 10時~11時30分です。

あそびの広場 開催しています。

毎週水曜日(第3週は除く)

ここは、フリースペースあそびの広場。水曜日になると多目的ホールから子どもたちの賑やかな笑い声が聞こえてきます。

4月から水曜日12時30分~16時ケアプラザで、1番大きな部屋の多目的ホールを開放しています。足を運んでくれた皆さまありがとうございました。

公園帰りや散歩の途中にでも気軽にお立ち寄りください!



通所介護(デイサービス)より

わくわく陶芸教室 行ないました。

9月5日(月)~9日(金)



9月5日、ケアプラザのデイルームでは“わくわく陶芸教室”が開催されました。ご利用者も時間を忘れ、真剣な表情で粘土をこねたり伸ばしたり。個性豊かな1輪挿しの完成です。賑やかな雰囲気の中、スタッフもご利用者もとても喜ばれて、「楽しい」「出来上がりが待ち遠しいわ」の聲がたくさん聞かれました。12月、ご自分へのクリスマスプレゼントになります。

~職員の声~

「皆さまの楽しそうな笑顔が見られて、私も嬉しくなりました」

「ひとりひとり形も模様も異なり、その方の感性がとてもよく出ていました。」

講師で来ていただいた共働舎の皆さまありがとうございました。」



秋の大運動会



デイサービスでは10月恒例の秋の大運動会を開催しています。



秋風にのせてスポーツの秋をご利用者様と一緒に職員もハッスルして頑張ります。