

地域応援

第7回

たいしょう食堂 ～食品配布会

コロナ禍等で困っている皆様(大正地区にお住まいの方)を応援するための食品配布会です。レトルト食品など数日分のお食事を無償でお渡します。
※アレルギーへの対応は行っておりませんのでご了承をお願いいたします。

開催日時 令和4年3月21日(月)祭日 12時～13時30分
※配布時間内に受け取りが出来ない場合は地区センターへご連絡ください。
取り置きは配布会当日17時30分までをお願いいたします

会場 大正地区センター
定員 50家族(事前予約制、予約数に達し次第受付終了)
対象 大正地区にお住まいの方
申込先 大正地区センター (045-852-4111)
令和4年3月1日(火) 13時30分～ 受付開始
※当日は、大きめの袋(バッグ)のご持参をお願い致します。

一緒に活動していただけるお仲間も募集しています。

詳細は原宿ケアプラザ(045-854-2291)担当小林又は大正地区センターにお問い合わせ下さい。

大人気講座

ノルディックウォーキング講座



ポールを使用した有酸素運動です。全身の90%の筋肉を動かすため代謝亢進効果に加え、膝・腰への負担軽減効果もあります。

開催場所 横浜市原宿地域ケアプラザ及び外のコース
日時 4/27 5/25 6/22 7/27 (水曜日全4回)
10時～11時30分(雨天時は室内にて行います)
講師 ノルディックウォーキングクラブYOKOHAMA
対象 概ね60歳以上の方
参加費 無料
定員 15名(事前申込制・定員になり次第締め切らせていただきます)
持ち物 タオル・飲み物・室内履き(ポールのある方はご持参ください)
服装 動きやすい服装・運動靴
申込み 3/28(月) 9時～ お電話又は来館にて (045-854-2291)
担当 土井・小林



第3回

にこにこフリーマーケット

第3回にこにこフリーマーケットの出店希望者を募集いたします。詳細については、大正地区センター及び原宿地域ケアプラザまでお問合せ下さい。

日時 令和4年4月30日(土) 10時～15時頃
場所 大正地区センター 体育館
出店者募集 15区画 (1区画あたり2m×2m)
出店料 500円
申込先 大正地区センター (045-852-4111)
令和4年3月11日(金)13時30分～ 受付開始

※ ご自宅で使わなくなった品や趣味の手作り雑貨など、リユース品等のご家庭の物となりますので、ご了承お願い致します。

※ 当日は、マイバッグのご持参のご協力をお願い致します。

※ 詳しくはお問合せ下さい。

※ 予定数に達し次第、受付終了となります。

担当 小林

社会福祉法人 聖母会 横浜市原宿地域ケアプラザ

生き活き

【第131号】

令和4年1月31日発行
横浜市戸塚区原宿4-36-1
代表 045(854)2291
FAX 045(854)2299
福祉保健の相談は包括支援センターへ
相談専用 045(854)2293
発行責任者 所長 葛西 範佳

コロナウイルス感染症対策に関するお知らせ

コロナウイルス感染症の拡大状況により、広報紙に掲載している事業の中止や延期、または規模の縮小開催などがあるかも知れませんので、ご不明な点などありましたらお電話でお問合せいただければと思います。

新企画 男性限定

男の筋トレ

～ 目指そう! 健康長寿 ～

プロの運動講師の指導のもと、しっかりとストレッチ・筋力トレーニングを行います。「最近、筋力が弱ってきたな～」「運動不足気味かな」「自宅でもできるトレーニング方法を知りたい」と考えている男性の方、是非ご参加ください

開催場所 横浜市原宿地域ケアプラザ及び外のコース
日時 5/17(火) 5/26(木) 6/1(水) 6/7(火) 6/16(木) 全5回
13時30分～15時
※6/1のみ屋外ウォーキング実施のため10時～11時30分になります。(現地集合・解散となるため、各自別途交通費が発生します)
講師 バリスティックトレーナーズ 中村 幸貴氏
対象 概ね60歳以上の男性の方
参加費 無料
定員 20名(事前申込制・定員になり次第締め切らせていただきます)
持ち物 タオル・飲み物・室内履き
服装 動きやすい服装 ※6/1のみリュックなどの両手が使えるような靴・運動靴
申込み 4/4(月) 9時～ お電話又は来館にて (045-854-2291)
担当 土井・小林

※ケアプラザの講座でお預かりした個人情報適切に管理し当該事業以外では使用いたしません。
※掲載の画像は株式会社QOLサービスのイラストを使用しております



開館日・時間 平日 9時～21時 日・祝祭日 9時～17時
(毎月第3月曜日、12月29日～1月3日は休館)
開館時間が変更になっている場合がございますので、詳細についてはお問合せ下さい。
※コロナウイルス感染症拡大防止の観点より開館が下記の時間に変更となっております。
平日 9時～20時 日・祝祭日 9時～17時
夜間の貸し出しがない日は18時に閉館となっております。



ホームページ



フェイスブック

新企画

食物アレルギーをもつご家族へ 交流会とクッキングイベント開催



日時 **・令和4年2月19日(土) ⇒ 5月14日(土)へ延期** 10時 ~ 12時
親子クッキングとカードゲームで学ぶアレルギーと食育講座・交流会
・令和4年3月13日(日) 10時 ~ 12時
アレルギーっ子の防災講座・交流会

会場 横浜市原宿地域ケアプラザ 多目的ホール 調理室

対象 食物アレルギーを持つ乳幼児・小学生のお子様とその保護者の方
(保護者の方のみの参加も大歓迎)

募集 10組・20名(先着順) ※感染対策として**1家族2名**までのご参加をお願い致します。

申込 令和4年1月15日(土)~ お電話又は来館にて申し込み受付中

参加費 1家族1,000円/回 (保険代・材料費・資料代込み)

共催 よこはまアレルギーラボ

注意事項 ケアプラザ内で使用する調理器具、食器類は事前に洗浄しますが、アレルギーの完全除去を保証するものではありません。アレルギーラボHPアレルギー症状が重篤な方は、ご参加をお控え下さい。

ケアプラザのTwitter又はFacebookにてご確認お願い致します。

前号130号に詳細について掲載しております。担当 地域交流 小林

お知らせ 原宿地域ケアプラザの緊急改修工事について

令和4年2月1日~3月31日にかけて、空調設備改修工事が実施されることとなりました。工事期間中の2月25日~3月14日については、館内の空調設備(暖房)は使用できなくなりますが、簡易的な暖房をご用意し、お部屋は通常通り利用することが出来ます。ご利用される際には、温かい服装(防寒対策)などでご来館頂ければと思います。なお、工事の日程につきましては、変更の可能性もあります。また、工事の際は大きな音も発生する可能性がありますので、皆様のご理解・ご協力の程よろしくお願い申し上げます。ご不明な点等ありましたらお問合せ頂ければと思います。担当 小林

お知らせ うたごえサロンの閉会について

現在原宿地域ケアプラザにて実施している、うたごえサロンですが、新型コロナウイルス感染症拡大等を受け、活動を休止しておりました。現状、感染対策を取りながらの開催が難しいため、一旦閉会とさせていただきます。また、再開が可能となった段階で改めて広報紙にて発信させていただきます。楽しみにして下さっていた皆様には大変申し訳ございませんがご了承下さい。

担当 小林

大正地区 子育て支援情報

※感染症対策のため活動が中止となる場合もあります。
※詳細に関しては各団体へ直接お問い合わせください。

掲載の情報は令和3年4月現在となっております。

月間予定



年間予定



※月間の子育てイベント情報になります。日付が未記入のイベントは令和3年4月時点で開催日が決まっていな為、各施設に直接お問合せ頂ければと思います。

2月				3月			
日	曜日	行事内容・主催	場所	日	曜日	行事内容・主催	場所
3	木	交流保育節分	原宿保育園	3	木	おはなしワールド	大正地区センター
3	木	おはなしワールド	大正地区センター	8	火	どんぐり(AM)	深谷俣野ケアプラザ
8	火	どんぐり(AM)	深谷俣野ケアプラザ	12	土	俣野公園プレイパーク(雨天中止)	俣野公園多目的広場
12	土	俣野公園プレイパーク(雨天中止)	俣野公園多目的広場	15	火	わんぱくキッズ(AM)	原宿ケアプラザ
15	火	わんぱくキッズ(AM)	原宿ケアプラザ	16	水	ぽかぽか	深谷俣野ケアプラザ
16	水	ぽかぽか	深谷俣野ケアプラザ	17	木	誕生会	原宿保育園
17	木	ランチ交流	原宿保育園	21	月	たいしょう食堂	大正地区センター
19	土	誕生会	原宿保育園			交通安全母の会	きらきら
19	土	スノードーム・大正地区青少年指導員との共催(小学生)	大正地区センター			ひなまつり	きらきら
		赤ちゃんタイム	きらきら			赤ちゃんタイム	ぼっぼの家
		節分遊び	きらきら			お話と育児相談	ぼっぼの家
		赤ちゃんタイム	ぼっぼの家			ベビーマッサージ	ぼっぼの家
		お話と育児相談	ぼっぼの家			お誕生日を祝う会	ぼっぼの家
		ベビーマッサージ	ぼっぼの家			読みきかせ	ぼっぼの家
		お誕生日を祝う会	ぼっぼの家			ひな祭り週間	ぼっぼの家
		読みきかせ	ぼっぼの家				
		節分週間	ぼっぼの家				