

3月2日(水)大正小学校6年生の児童さんが、交通安全の啓発のポスターを作成して持参してくれました。

原宿地域ケアプラザは1号線に面していて、交通安全の啓発を行うことで、少しでも交通事故が減ってほしいという思いで作成してくれました。これから、卒業や新入学の時期になりますので、今回作成してくれたポスターは5月末まで、ケアプラザ前の掲示板と館内(絵本コーナー)に掲示いたします。

ケアプラザ前
掲示板



館内
(絵本コーナー)



担当 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を開催いたします

- 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 ※詳細については、前号131号に掲載しております。
- 出店受付 3/11(金)~受付中
- ※ 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が中心となりますので、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。
- ※ 大正地区センター又は原宿地域ケアプラザへ詳しくはお問合せ下さい。担当小林

横浜市原宿地域ケアプラザの休館日のお知らせ・お部屋のご予約について
4/18(月)・5/16(月) 施設点検日の為休館日となっております。

利用希望日の予約日と休館日が重なる日に関しては、下記の日程で予約を受け付けております。

3か月前	利用希望日	予約可能日	2か月前	利用希望日	予約可能日
(4月分)	7/18(月) ⇒	4/17(日)	(4月分)	6/18(土) ⇒	4/17(日)
(5月分)	8/16(火) ⇒	5/15(日)	(5月分)	7/16(土) ⇒	5/15(日)

※休館日はお部屋のご予約が出来ませんのご注意ください。
ご不明な点などございましたらお問合せ下さい。 担当 地域交流 小林

あったまり場 ころの病のある人、ご家族、地域の皆さんのフリースペース

毎月原則第4月曜日 14時~16時に開催しています。時間内出入り自由ですのでお気軽にご参加お待ちしております。

開催日 4月25日 5月23日 6月27日 7月25日 8月22日 9月26日
10月24日 11月28日 12月12日(12月のみ第2月曜日)
令和5年 1月23日 2月27日 3月27日

詳しくはお問い合わせください。 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132号】

令和4年3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。

ご自身の
スキルアップに

傾聴ボランティア養成講座・
認知症サポーター養成講座

周りの人と安心できる人間関係を築く、「こころに寄り添う」聴き方を学びませんか?
※ 傾聴に興味がある方でしたらどなた様でも大歓迎です。

日程 6月15日(水) 傾聴入門
6月29日(水) 認知症サポーター養成講座(この講座のみの受講も可)

時間 13時30分~15時30分
場所 横浜市原宿地域ケアプラザ
定員 20名



参加費 全2回 500円
※認知症サポーター養成講座のみ参加の場合は参加費のご負担はありません。

※コロナウイルス感染症拡大状況等によりオンラインでの開催となる場合があります。

申込 5月2日(月)~ 来館又はお電話(045-854-2291)にて
※内容等が変更となる可能性もありますのでご了承お願いいたします。

担当 地域交流 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

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
 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 リュックやウエストポーチ等両手が使えるような鞆
 申込み 3/28(月) 受付中 お電話又は来館にて (045-854-2291)
 ※詳細については前号131号に掲載しております。 担当 土井・小林

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) 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 パリスティクトレーナーズ 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鞆・運動靴
 申込み 4/4(月)～受付中 お電話又は来館にて (045-854-2291)
 ※詳細については、前号131号に掲載しております。 担当 土井・小林

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
 内容 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) ⇒6月19日(日)へ延期 10時～12時
 アレルギーっ子の防災講座・交流会(アレルギー28品目不使用の防災食の試食付き)
 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(保護者のみも可)
 募集 10組・20名(先着順) ※感染対策として原則1家族2名までのご参加でお願い致します。
 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障するものではありません。アレルギー症状が重篤な方は、ご参加をお控え下さい。
 前々号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



アレルギーラボHP

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。

赤ちゃん教室 ひよこ会

0歳児の第一子とその親、妊婦さん対象の教室です。

○毎月第3水曜日
 10時～11時30分
 =原宿地域ケアプラザ
 (045-854-2291)

令和4年度の予定

5月18日(水)、6月15日(水)
 7月20日(水)、9月21日(水)
 10月19日(水)、11月16日(水)
 令和5年
 1月18日(水)、2月15日(水)
 3月15日(水)
**4月、8月、12月はお休み
 となります**

○毎月第3金曜日
 10時～11時30分
 =大正地区センター
 (045-852-4111)

令和4年度の予定

5月20日(金)、6月17日(金)
 7月15日(金)、9月16日(金)
 10月21日(金)、11月18日(金)
 令和5年
 1月20日(金)、2月17日(金)
 3月17日(金)
**4月、8月、12月はお休み
 となります**

※現在はコロナウイルス感染対策として事前予約制となっておりますので詳細については、戸塚区のホームページでご確認下さい。

お問い合わせ
 戸塚区役所 こども家庭支援課
 電話 045-866-8469

親子サークル活動 大正地区社会福祉協議会・ 民生児童委員協議会

わんぱくキッズ どんぐり
 原則第3火曜日 原則第2火曜日
 10時～11時半 10時～11時半
 原宿地域ケアプラザ 深谷俣野地域ケアプラザ

わんぱくキッズ 令和4年度の予定

わんぱくキッズの活動日は
原則第3火曜日となります。

令和4年 4月19日(火)、5月17日(火)
 6月21日(火)、7月19日(火)
 9月20日(火)、10月18日(火)
 11月15日(火)、12月20日(火)
 令和5年 1月17日(火)、2月21日(火)
 3月14日(火)

8月はお休みとなります
12月20日(火)クリスマス会を行います。

対象は未就園児と保護者で予約は必要ありませんので、お気軽にご参加お待ちしております。コロナウイルス感染症対策として、参加人数を制限している場合があります。詳細については原宿ケアプラザまでお問い合わせください。

遊び場しゃべり場ほっとタイム

就園前の子どもの遊び場です。子育て支援者さんが相談にも乗ってくれます。※祝日はお休みになります。コロナウイルス感染対策として、定員を設けております。流行状況により時間等を変更いたしますので、詳細は戸塚区のホームページでご確認下さい。

<大正地区センター> 毎週火曜日
 10時～12時 プレイルーム にて
 <原宿地域ケアプラザ> 毎週金曜日
 14時～16時(片付け時間含む)
 多目的ホール にて

お問合せ 戸塚区役所 こども家庭支援課
 電話 866-8469