

# あなたと優駿

発行日：令和2年 1月 25日

2月号

(301号)

社会福祉法人清正会  
万騎が原地域ケアプラザ  
所長 向井 園美  
横浜市旭区万騎が原 4  
TEL 362-1222

## ★ 第9回 きらっとあさひ福祉大会 ★

地域の福祉保健活動を紹介し、多くの人に関心を持ってもらうための福祉大会です。

【日 時】 令和2年2月8日(土) 【場 所】 旭公会堂(旭区役所4階)

・表彰式典、実践報告等、13:00~16:00 ・展示発表・販売 12:00~16:00

【主 催】 旭区社会福祉協議会・旭区連合自治会町内会連絡協議会・旭区役所

【内 容】 ・第1部 オープニングアクト(「鶴ヶ峰もえぎさくら」のダンス披露)・表彰式典

・第2部 報告：きらっとあさひプラン 第3期振り返りと第4期策定に向けて  
実践報告：テーマ『一人ひとりに向き合う地域づくり』

～困りごとを抱える人を早期に把握し、支える仕組み作り～

報告者：神奈川区羽沢地区 羽沢プロジェクト

### 「鶴の華」を作しましょう

折り紙で「鶴の華(さくら)」を作ります。

【日 時】 3月2日(月) 10:00~12:30

【対 象】 地域の方 【参加費】 200円

【定 員】 8名(申込制)

【講 師】 真田 直美 先生

【場 所】 ボランティアルーム

【持ち物】 ハサミ・定規・鉛筆・履物



### ハンカチで「はし入れ」作り

簡単な手芸を通して環境について考えます。

【日 時】 3月6日(金) 13:00~15:00

【対象者】 地域の方 【定 員】 10名(申込制)

【参加費】 100円(コーヒー代)

【講 師】 サステイナブルあさひ

【場 所】 ボランティアルーム

【持ち物】 ハンカチ(あれば)・履物・筆記用具



### ホームカーリング倶楽部

地域の方と一緒に楽しんでみませんか？

【日 時】 3月9日(月) 10:00~12:00

【内 容】 ホームカーリングの体験・練習

トーナメント戦の実施

【参加費】 無料(事前申込制)

【対 象】 地域の方

【協 力】 金城 寿雄 氏・田口 良生 氏

【持ち物】 飲み物・履物(軽装でお越し下さい)



### みんなで料理

地域の方を対象とした調理実習を行います。

【日 時】 3月11日(水) 10:00~13:00

【対象者】 成人の方 【定 員】 10名(事前申込制)

【材料費】 500円程度(参加者で按分します)

【場 所】 調理室・多目的ホール

【講 師】 上国料 和子 先生

【献 立】 春の野菜を使った献立を予定しています

【持ち物】 タオル・三角巾・エプロン・筆記用具 等



### 認知症サポーター養成講座



「旭区ひまわりの会」の協力で、地域で認知症の方をサポートする為の養成講座を実施します。  
新規の方、既にオレンジリングをお持ちの方も参加できます。

【日 時】 3月14日(土) 10:00~12:00

【実施内容】 認知症についての正しい知識の修得と関わり方について学ぶ

【協力機関】 旭区ひまわりの会 【対 象】 地域の方 【参加費】 無料

【場 所】 万騎が原ふれあい連合会館(万騎が原公園横) 【申し込み】 事前申し込み制



# 生活支援体制整備事業からのお知らせ

## みんなの集いの場

小物作りなどを通して皆さんで楽しく過ごしましょう。

【日時】 3月24日(火) 10:00~12:00

※ 以降、4~11月(8月は休み)第4火曜日同時間帯実施

【場所】 南本宿公園レストハウス(集会室)

【内容】 小物作りを通しての茶話会

【参加費】 無料(直接お越しください)

【問い合わせ】 生活支援コーディネーター 川野迄 【対象】 近隣にお住まいのシニアの方

【持ち物】 飲み物持参、使いなれた文具、当日作る材料等



~身近な福祉の相談機関~ **万騎が原地域包括支援センター** です

## みんなで介護 施設見学会

【日時】 令和2年3月19日(木) 13:00~15:00

【集合場所】 万騎が原地域ケアプラザ 玄関 【参加費】 無料

\* ケアプラザから見学施設まで往復送迎します

【見学施設】 **サリューフルあさひ式番館** (旭区桐が作)

\* 認知症対応型グループホームの施設です。

【対象者】 介護をしている方や健康や介護に興味のある方



## のんびり♪ノルディック

ノルディックウォーキングは、二本の専用ストックを使って、楽しく歩くスポーツです。今回は、歩くことにあまり自信がない・歩行速度がゆっくりな方向けの講座を開催します。

【開催日時】 令和2年3月13日(金) 13:30~15:30

【参加要件】 ☆ 10分程度、続けて歩くことができる方

☆ 過去一年間に転んでけがをしたことがない方

☆ 集合場所まで徒歩または公共交通機関を使って、自力で来られる方

【講師】 東(ひがし)みゆき先生 (NPO法人 エンジョイノルディックフィットネス振興会)

【募集人数】 10名 (\*成人の方であれば、年齢は問いません)

【集合場所】 万騎が原地域ケアプラザ・多目的ホール

\* 晴天時 → こども自然公園へ全員で歩いて移動し、園内をウォーキング

雨天時 → ケアプラザ室内で実施

【持ち物】 飲み物、汗拭きタオル、歩きやすい靴・服装、リュックサック

帽子、あれば薄手の手袋(なくてもよいです)

\* ノルディックポールをお持ちの方はご持参下さい

(ない方は、レンタル品をご用意します)

\* 雨の場合は、かかとのある室内履き(洗濯済みの外履き可)をお持ち下さい。

【申し込み】 万騎が原地域ケアプラザ 寺山 (362-3354)



\*\*\*地域包括支援センターは「地域の身近な相談窓口」です\*\*\*

【お問い合わせは】 [TEL:362-3354](tel:362-3354) 担当: 木下・寺山・伊藤

# デイサービスだより

## どんど焼き交流会

16日(木)4施設合同で「どんど焼き交流会」が行われました。「どんど焼き」は正月の松飾り・しめ縄・書初めなどをもち寄り燃やすという火祭り行事です。残り火にあたり無病息災を祈り、焼いた団子を食べれば一年間健康でいられるなどの言い伝えもあり、おやつに「みたらし団子」にして頂きました。

この日は愛児園の園児たちと手遊び等で元気に交流しました。



## デイサービス非常勤ワーカー募集

仕事：デイサービスの介護職員（非常勤）  
内容 資格・経験不問(未経験の方も歓迎)  
時間：8:15～17:15の間で実働4時間～  
※勤務時間・日数・曜日は応相談  
時給：1100円～  
※有資格・運転免許ある方優遇  
待遇：交通費支給・昇給・有給あり  
応募：ケアプラザ迄お問い合わせ下さい  
担当：万騎が原地域ケアプラザ 向井

## ボランティア募集中

空いた時間を一緒に交流しませんか。デイサービスでは、ボランティアを募集しています。利用者とのコミュニケーション・お茶出し・ドライヤーかけ等のお手伝いをお願いしています。活動時間はご相談下さい。ご連絡は担当の地域交流までお願いします。



## 調理便!! 「節分に、「柊鰯(ひいらぎいわし)」を飾ってみませんか？」 No.61

「ひいらぎいわし」とは、ひいらぎと焼いたいわしをあわせたものをいいます。これは、鬼は先の尖ったものやニオイの強いものが嫌いなことから、魔除けとして「柊鰯」を玄関先に飾る習慣がありました。今年の節分は「豆まき」だけでなく「恵方巻き」を食べ、「柊鰯」を飾る等、いつもと違った風情を楽しむのはいかがですか？豆まきで余った豆を、緑茶と一緒に蒸らして飲む「福茶」も厄払いに親しまれています。おためしてください。



## 居宅介護支援事業所通信<介護保険サービスの医療費控除について> No.162

介護サービス事業所から提供を受ける居宅サービス費のうち療養上の世話の対価に相当する部分の金額は医療費控除の対象となります。対象となる居宅サービスの一部としては訪問看護や通所リハビリなどの医療系サービスや医療系サービスと併せて利用した場合のみ通所介護や訪問介護があります。ただし訪問介護については生活援助中心型のサービス利用は対象外となります。詳しくは担当ケアマネジャー等に相談下さい。



# 3月の予定



日	月	火	水	木	金	土
1	2 健康チェック 音楽サロン 「鶴の華」作り	3 子育て支援者会場	4 書道教室 骨盤体操教室 能楽に触れてみよう!	5 囲碁「天元」	6 いきいき会 笑い体操クラブ 「はし入れ」作り	7
8 きらっと ハピネス♡	9 ホームカーリング 倶楽部	10 子育て支援者会場	11 公園で遊ぼう! 万騎が原地域サロン みんなで料理	12 優勝「サロン」 鯛カフェ	13	14 認知症サポーター 養成講座 (ふれあい会館)
15	16 ゆったりひろば カリグラフィー わくわく体操	17 子育て支援者会場 出張ひろば (みなまきラボ)	18 書道教室 折り紙「木蓮」	19 囲碁「天元」 サロン「かけはし」 みんなで介護	20 春分の日	21 いきいき会
22	23 あいうえお〜!	24 子育て支援者会場 みんなの集いの場 (南本宿レストハウス)	25 リズム de エクササイズ	26 音読の会 リズム体操	27 万騎が原 デッサン会 笑い体操クラブ	28
29	30	31 子育て支援者会場	万騎が原地域ケアプラザ HP <a href="http://www.makigahara-cp.jp/">http://www.makigahara-cp.jp/</a>		かけはしねっとHP <a href="http://www.kakehashinet.com/">http://www.kakehashinet.com/</a>	《カレンダー》 午後実施の 事業→二重線

＜各事業・地域の福祉保健団体の実施時間・実施内容等に関しては、変更になる場合がありますの  
参加や見学の際は、万騎が原地域ケアプラザ迄 お問い合わせ下さい＞

## 地域福祉保健計画の取り組み

**旭南部地区福祉講演会** 1月20日(月)  
「誰もが自分らしく暮らせる地域を目指して！」  
をテーマに「NPO 法人 夢コミ  
ネット」を講師にお招きし、  
発達障害について、寸劇を交え  
た講演会を開催いたしました。



## 貸室利用団体の皆様へ

日頃からケアプラザをご利用頂き、ありがとうございます。平成28年度に団体登録をされた活動団体は、今年度末(令和2年3月)に利用期限が切れますので、お早めに更新手続きをお済ませください。詳細は地域活動交流(362-1222)までお問い合わせ下さい。



## 絵画教室「わかば会」絵画展

1月7日(火)~13日(月)迄、サンハート  
アートギャラリーにて、「わかば会」の絵画展  
が開催され、素敵な作品が多数出展されていま  
した。



## 地域で活躍してみませんか?

下記のボランティアさんを探しています!  
・将棋 ・写真撮影 ・リトミック ・そろばん  
・楽器演奏等趣味活動を地域で披露したい方  
お気軽に地域交流までお問い合わせください。

## 上記事業等の申し込み・問い合わせ

万騎が原地域ケアプラザ [Tel:362-1222](tel:362-1222)

お願い...お越しの際は徒歩か公共の交通機関をご利用下さい。

敷地内は急斜面となっております。お足下にご注意ください。

