

横浜市本牧和田地域ケアプラザ発

発行：横浜市本牧和田地域ケアプラザ
横浜市中区本牧和田 35 番 13 号

ほんぽこたより

TEL 045-622-1211
FAX 045-622-1290

第51号 平成28年9月 発行

ホームページ:

<http://www.yamabikonosato.jp/honmoku/>



オリブ工房
作

「中なかいね！」夏

～中区地域福祉保健計画～



本牧・根岸地区では、夏休みの間も歴史のあるお祭りやイベントなどで、元気な子どもたちの笑い声と、子どもを見守る大人の笑顔がいっぱい！！台風がいちどに3つも押し寄せてくる自然の猛威にもまけず、支えあいの輪を広げる活動が活発に行われました。本牧・根岸地区の夏の活動を紹介します。

楽しかったネ！ ホップ・ステップ なつやすみ ミニ

～個別支援学級余暇支援事業～



8月22日、台風9号がゴーゴーの風と雨とともに、関東に接近(◡_◡) 地域の方と準備を重ねた「ホップ・ステップなつやすみ」が中止に・・・



夏休みに遊びたい！！

8月24日へ日程とプログラムを変更し「ホップ・ステップなつやすみミニ」を開催♪

近隣小学校の個別支援学級の児童がケアプラザに集まり、プレイバルーン・ふうせんあそび・工作・スイカわりを楽しみました (*^_^*)

ミニでも スイカわり！



ふうせんポンポン♪



みんなでバルーンの下を通りぬけたり、ムニムニふうせんをポンポン♪ 上手にできたネ！



本牧・根岸地区社会福祉協議会たより①



本牧・根岸地区社協は「ホップ・ステップなつやすみ」を応援しています。地域の個別支援学級の子どもたちとボランティアが参加し、みんなの交流が行われる「ホップ・ステップなつやすみ」に助成金1万円の交付と活動参加の支援を行いました。

遊びにきて
くださいネ!



中谷かいね!
みんなの交流♪

ポレポレまつり 2016

開催決定! 10月29日(土)
場所: 本牧いずみ公園

10:00~15:00 予定



みんなで楽しもう!

今年も障害者団体と地域のみなさんと一緒に作る「ポレポレまつり」の開催が決定!
ステージ演目や抽選会等イベント多数♪ 10/24は、本牧いずみ公園に集合(*^_^*)
*当日、会場でボランティアできる方、募集中。活動希望者はケアプラザまで!

本牧・根岸地区社会福祉協議会たよい②

本牧・根岸地区社協は、
地域のみなさんの交流が活発に
行われる「ポレポレまつり2016」を応援しています。



体験型プログラム
を通して、障がい
をもつ方との
コミュニケーションや声かけの方法について理解を深めました。
人を理解することから始まる支えあい♪



障がいについての理解を深める ポラたま! ボランティア入門講座

中谷かいね!
支えあい活動♪



本牧・根岸地区の一人ひとりの力(ちから)が頼りのボランティア活動、
できることから始めませんか。ケアプラザでは色々なボランティア活動情報
を発信しています。また、中区社会福祉協議会のボランティアセンターにも
中区内外のボランティア情報が盛りだくさん! 初めの一歩がみんなの幸せ
につながります。 **中区ボランティアセンター 電話: 045-681-6664**

本牧・根岸地区の保健活動推進員の
みなさんは、地域の方の健康づくりを
応援しています。ケアプラザで毎週(火)
開催の
楽笑サロン
「さつき会」
にも参加・協力。ケアプラザだけでは
情報を伝えきれない地域
の方々へも情報を届けて
います。

健康づくり応援!
保健活動推進員

中谷かいね!
支えあい活動♪



8/25 間門小放課後キッズクラブで
認知症サポーター・キッズ養成講座を
開催! 楽しく手遊びなども取り入れた

認知症になっても安心して
暮らせるまちづくり♪

プログラムにこどもたちも興味津々。
地域の高齢者を応援す
る小さなサポーターの
誕生です。よろしくネ!



7月末から8月末の夏休み期間中に、延べ53人の生徒さんがボランティア活動を実施。様々な年代の方を支援する地域活動に参加し、学校では得ることができない貴重な体験をしました。地域の縁日の手伝いや振り込め詐欺に騙されない

ように、注意喚起のチラシ配布を山手警察署、山手防犯指導員の方と一緒にやる活動など・・・



H28年度

本牧中学校・ボランティアの会

本牧・根岸地区 夏休みボランティア活動!

中なかいいネ!
支えあい活動♪



いろいろな支えあい活動に参加してくれたボランティアの会のみなさん、来年の夏休みもよろしくお祈りします。



Go Go 健康!

本牧いきいき講座

～介護予防講座～

毎日の健康づくりに大切なことを

楽しく学びませんか (*^_^*)

日程: 10/12・26 11/9・30 12/14

1/11・25 2/8・22 全9回

上記・木曜日 13:30～15:00

会場: 本牧和田地域ケアプラザ 多目的室

参加費: 無料 持ち物: うわぼき

対象者: 65歳以上でケアプラザまで来ることができる方。



申込み: 事前申込みが必要です。参加希望の方は、ご連絡ください。

電話: 622-1211 FAX: 622-1290

Go Go 健康! 元気なうちから介護予防

自分のスタイルにあった、健康づくり!を始めよう♪

Go Go 健康!

オセロ・囲碁・将棋

おたがいさまラウンジ♪



- * オセロ・囲碁・将棋で介護予防!
- * オセロ・囲碁・将棋の道具を用意して定期的にラウンジをあけておきます。
- * 気が向いたら、ラウンジへ足を運んでください。

- * ラウンジの開催時間は出入り自由♪ 自由参加型のラウンジのためご希望のオセロ・囲碁・将棋のお相手がない場合もあります。

毎月第1・第3木曜日

開催日: 10/6・20 11/3・17 14:00～16:00

参加費: 無料 事前申込み不要!

⇒開催日に会場へお越しください!



中なかいいネ! みんなの交流

8月は、地域でたくさんのお祭や、みんなの交流イベントが開催されました。 8/5・6 本牧神社例祭「お馬流し」

8/14 根岸「榊神輿」。

8/5～8/7「つながる本牧 つなげる未来へ」各町内で催された「祭り」や「縁日」。

地域行事をきっかけに、同じ地域で生活する ことからもから高齢者まで、みんなで「あいさつ」から始める【えん】づくり、「支えあい」が広がります。



本牧和田地域ケアプラザからのお知らせ

高齢者・運動サロン

「楽笑サロン さつき会」

内容：椅子に座ってできるストレッチ運動やレクリエーションを行います。

5週目は休会

開催日 毎週・火曜日 13:30～15:00
10/4・11・18・25・11/1・8・15・22

参加費 1回ごと ¥150(保険・参加費込み)

持ち物：うわぼき・水分補給の飲み物

*開催日にケアプラザまでお越しください
事前申込み不要！お気軽にどうぞ♪

～ボランティア募集！～

サロンでレクのお手伝いをしてくれる
ボランティア(50歳くらいまでの方)も募集中

1回だけの
参加も歓迎！



お気軽に
ご参加ください

高齢者・認知症予防

～学習と交流サロン「なごみ」～

～楽しむアートで「なごみ」～

読み書き・計算、五感で楽しむアート！



仲間との会話で認知症を予防。

5週目は休会

開催日 毎週・木曜日 10:00～11:30

アート：10/6・H292/2・3/2

学習サロン：10/13・20・27・11/3

参加費 1回につき 100円 アートは 200円

*開催日にケアプラザまでお越しください

～ボランティア募集！～

サロンで学習のお手伝いをしてくれる
ボランティア(50歳くらいまでの方)も募集中

新規 参加者募集中！

子育て応援事業！「子育てサロン」

毎月 第3の木曜日 10:00～12:00 頃

参加費 100円(保険料込み)



10月20日(木) 10:00～12:00

11月17日(木) 10:00～12:00

12月15日(木) 10:00～12:00

★Xmas ミニコンサート♪

～ボランティア募集！～

サロンで学習のお手伝いをして
くれるボランティアも募集中♪



みんなの力！エコキャップ回収報告

本牧和田地域ケアプラザ回収実績

現在までに回収した個数
1,931.6kg(約772,640個)

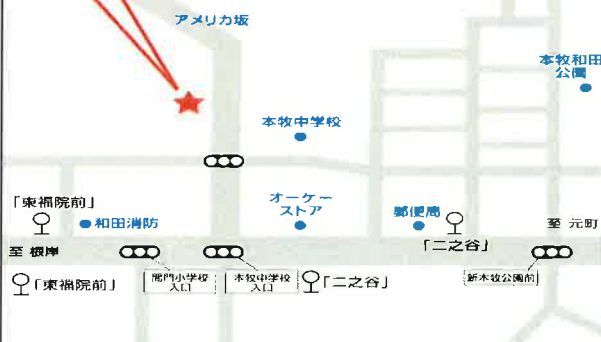
7千7百人分

ご協力ありがとうございます！
今後もよろしくお願い致します

* ペットボトルのキャップのみ回収中

* キャップは軽く洗ってください

本牧和田地域ケアプラザ



問合せ：本牧和田地域ケアプラザ

電話 045-622-1211

FAX 045-622-1290



「中なかいいネ！」

できることから、ボランティア！

みなさんの力(チカラ)を少しだけ貸して
ください。ご近所同士の挨拶も、支えあい・安心、
安全なまちづくりに繋がる素敵な一歩。

みなさんのご協力、よろしくお願い致します(*_*)

