

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55号 平成29年9月 発行

ホームページ:

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



間門小  
えんにち

## 「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が遊ぶ姿、子どもたちを見守る大人の笑顔がたくさん見られました。夏らしくない涼しい風の吹く日や猛暑日・・・ご近所さん同士、体調を気遣う声かけから支えあいの輪も広がりました。本牧・根岸地区、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



～個別支援学級余暇支援事業～



ボランティアさんと一緒に  
楽しい一日をすごしました。

お昼ごはんは調理ボランティア  
「男の料理教室」の方たち

がつくる愛情たっぷり「ハヤシライス」

と、みんなで協力してつくった

「いももち」・・・みんなで

食べると美味しさ倍増！



## パカッ スイカわり！



地域のボランティアさんの活躍で児童一人ひとりが夏休みの楽しい思い出を作ることができました(^o^)

## ふうせんポンポン♪



工作レクでは「世界にひとつだけの小物入れ」を作りました♪

### 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、活動支援を行いました。





中谷かいほ！  
みんなの交流♪

# ポレポレまつり 2017

開催決定！10月28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で一緒につくる「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♪ 10/28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り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2017」を応援しています。



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(´◇`)！

初めの一步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

7月1日(土)障がい児者支援・啓発  
ネット「わっしょい」のみなさんを講師  
にむかえ開催。参加者10名は、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。



### 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

中谷かいほ！  
支えあい活動♪

受講した体験をいかし、夏休み  
期間、余暇支援活動にボランティア参加  
してくれたみなさん、本当にありがとう  
ございます♪



本牧の伝統行事「お馬ながし」  
の挙行にあわせ、こども達を中心  
に「ペットボトルライト」を作成  
し本牧山頂公園の通路を照らす  
「本牧ライトアッププロジェクト」。



7/19の「お散歩カフェ ホット」  
でもライトを作成。みんなのつな  
がり作りができました(´◇`)



### 地域とのつながり...

つながる本牧 つなげる未来へ

おひとり様も大歓迎。「お散歩カフェ」  
への参加をお待ちしております。

開店日：10/18 11/15 12/20

13:00～15:00 出入り自由

コーヒー・紅茶 100円

\*カフェを手伝ってくれる  
方も募集中です♪



7月末から8月末の夏休み期間中に、延べ47名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、注意喚起のグッズ配布を山手警察署、山手防犯指導員の方と一緒にやる活動など・・・

H29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♪



地域活動・支えあい活動・みんなの交流事業など  
さまざまな「中なかいいネ!」の活動に参加  
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



＼(^\_ ^)(^\_ ^)／

8/8・15・22の夏休み期間を活用し、間門小学校放課後キッズクラブの児童19名が「高齢者運動・楽笑サロン さつき会」に参加。元気な地域の高齢者と一緒にストレッチ運動や手指を使う頭の健康づくり体操（できなくてモヤモヤする体操(^o^))を楽しみました。



中なかいいネ!  
みんなの交流♪

本牧・根岸地区 世代間交流♪  
間門小学校放課後キッズクラブと楽笑サロン「さつき会」

夏休み!  
特別企画



後半は「ペタンク」ゲームで大盛り上がり♪最後は、児童が会場を一周し全員と握手。挨拶を交わせる地域の顔が増えました☆☆☆

13:30~15:00

運動サロン・さつき会 開催日:10/3・10・17・24 11/7~ 毎週 火曜日

参加費 150円 新規参加者、おまちしております♪ 開催日におこしください

Go Go 健康! ~ 介護予防講座!! ~  
本牧いきいき講座



参加費  
無料!

地域包括支援センター（高齢者の相談担当職員）が主催する「介護予防講座」のご紹介。これからの生活に不安を感じている方、是非、ご参加をお待ちしております。

内容：運動・栄養、食事・お口の衛生など・・・

各分野の専門家がみなさんの健康づくりに役立つ情報をお伝えします

対象者：65歳以上でケアプラザまで来ることができる方⇒事前申込みが必要

日程：10/11、11/8・22、12/13、1/24、2/14・28、3/14

会場：本牧和田地域ケアプラザ 13:30~15:00

お問い合わせ・申込み ⇒本牧和田地域ケアプラザ 045-622-1211

# 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  
10/3・10・17・24・11/7・14・21・28

参加費 1回ごと ¥150(保険・参加費込み)

持ち物：うわばき・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：10/5・12/7 H30 2/1

学習サロン：10/12・19・26・11/2

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19日(木) 10:00～12:00

11月16日(木) 10:00～12:00

12月21日(木) 10:00～12:00

★Xmas ミニコンサート♪

～ボランティア募集！～

サロンで子どもと一緒に遊んで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  
**2,076.2kg(約830,480個)**

**77人分**

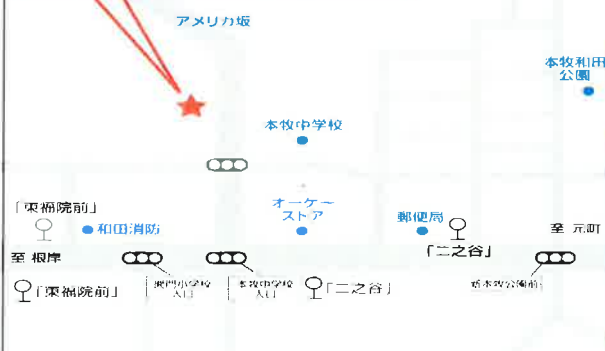
ご協力ありがとうございます！

今後もよろしくお願ひします

\*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



職員を募集しています！詳細、お問い合わせ大歓迎です。

①窓口対応(貸館の受付等)や地域交流事業の補助業務、ボランティア支援等のお仕事 勤務時間：17:00～21:00

②高齢者サービスの介護職員\*ヘルパー2級等の資格をお持ちの方 勤務時間：8:30～17:00(休憩1H)

週2～4日程度(土・日ローテーション勤務)