

横浜市本牧和田地域ケアプラザ発

ほんぽこたより

第38号 平成25年5月 発行

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

TEL 045-622-1211

FAX 045-622-1290

ホームページ：

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



「中なかいいネ！」春

～中区地域福祉保健計画～



～元気な本牧根岸まちづくりの会～ スタート♪

5月14日、本牧・根岸地区福祉文化センターで「元気な本牧根岸まちづくりの会」の設立総会が開催されました。

この会は、本牧・根岸地区連合町内会の地域において活動している団体や地域施設等が連携して相互の親睦を図りながら一緒に取り組み、地域に住む人々が、明るく元気に安心して、誰もが「住みたくなるまちづくり」を目指して活動していきます。

今後の活動の様子等、ケアプラザの広報紙で紹介していきます。みなさん、一人ひとりにできる活動に是非、ご協力下さい。



はじめの一步 ボランティア講座の紹介♪



昨年の講座より

日時：平成25年7月6日 土曜日 10:00～12:00

場所：中区福祉保健活動拠点（産業貿易センタービル4階）

講師：障がい児者支援・啓発ネット「わっしょい」

参加費
無料！



障がいについての理解を深める

入門

ポラたま！ ボランティア講座

中なかいいネ！
支えあい活動♪

参加申し込み：中区社会福祉協議会で申込み受けを6/11から開始します。

電話：045-681-6664 FAX：045-641-6078

*不明点等のお問い合わせ、各地域ケアプラザでもお待ちしております♪

主催：新山下地域ケアプラザ・不老町地域ケアプラザ・箕沢地域ケアプラザ・麦田地域ケアプラザ
本牧原地域ケアプラザ・本牧和田地域ケアプラザ・中区社会福祉協議会

本牧・根岸地区社会福祉協議会たより①

地区社会福祉協議会は「自分たちの暮らしている地域の様々な福祉のことや地域づくりなど、その地域に住んで



地区社協って何？



いる住民自身で解決するために取り組んでいこう」という考えに基づいて、住民主体で組織されている団体です。「ぽんぽこたより」でも活動や取り組みについて紹介していきます！

本牧・根岸地区社会福祉協議会たより②

本牧・根岸地区社協が、本牧地区センターで年6回開催しています。食事前の



お楽しみ食事会 一人暮らし高齢者食事会

催しとみんなで食べる民生委員さん手作りの昼食を楽しんでいます。「お楽しみ食事会」は、利用会場の定員がありますので参加に関しましては民生委員さんがお声かけします。



Q. いつも？
「中なかいいネ！」？
地域福祉保健活動？
何をすればいいの？？



A. 回答！

みなさんの取り組んでいる活動も「中なかいいネ！」です



小学生の登下校の見守りをしています

高齢者食事会や子育てサロンに参加し、楽しめます

老人会で皆さんと顔を合わせると元気が出ます

地域福祉保健計画の詳しい冊子をケアプラザで配布中！

中区の障害者団体が地域の皆さんと一緒に作ってきたポレポしまつりをみんなが楽しめます



地域の体操教室で健康づくりをはじめました

地域の防災訓練に参加します

昨年に引き続き、本牧・根岸地区福祉文化センターで月に1回、運動講師指導のもと健康づくりの体操の会を開催します！

地域主体の健康サロン情報 この活動も「中なかいいネ！」

昨年に引き続き、根岸町自治会館で月に1回、運動講師指導のもと健康づくりの会を開催します！

本牧地区健康体操教室

場所：本牧・根岸地区福祉文化センター
開催日：毎月 第2 金曜日
13:30～15:00 参加費：無料

*持ち物（上履き）



新規 参加者 大歓迎！
参加希望の方は開催日に会場へおこし下さい

根岸シニア体操教室

場所：根岸町自治会館
開催日：毎月 第1 月曜日
13:30～15:00 参加費：無料

*持ち物（上履き・飲みもの）

新規 参加者 大歓迎！
参加希望の方は開催日に会場へおこし下さい



安心生活講座



「あんしんノート」を書いてみよう！

相続・遺言の書き方

講座

日時：①平成 25 年 7 月 1 日 月曜日 10:00～12:00 頃

②平成 25 年 7 月 14 日 日曜日 10:00～12:00

場所：横浜市本牧和田地域ケアプラザ 多目的ホール 定員 30 名

講師：①中区社協あんしんセンター ②神奈川県司法書士会・横浜中支部

内容：①これからの生活や介護・財産のこと等「あんしんノート」のご紹介をします。

②相続・遺言の基礎知識をわかりやすくお伝えします。

**自分らしく、安心して生活を送れるように、元気なうちから相続？遺言？介護？お墓？
どうしたらいいの？ そんな疑問をひとつずつ減らしていきましょう。**

参加申込・問合せ：本牧和田地域ケアプラザ 地域包括支援センター

電話：045-622-1211 FAX：045-622-1290

参加費
無料

～子育て応援事業

中福祉保健センターこども家庭支援課～

お子さんを遊ばせながら、保育士の資格を持つ子育て支援者に相談ができます。親子遊びや手遊びの紹介なども行っています。ぜひ気軽に遊びにきてください。

他の会場でも開催しています。
詳細はお問い合わせください。

子育て支援者（保育士） による相談



相談は
無料です

開催場所：根岸町自治会館 根岸町 3-165

日 時：毎週 金曜日（祝日の金曜日はお休み）10:00～12:00

※急な事情で会館の利用ができず、相談がお休みになることがありますのでご了承ください。

【お問合せ】中福祉保健センターこども家庭支援課 電話：045-224-8171

～子育て応援事業 中区地域子育て支援拠点主催

「横浜子育てサポートシステム」入会説明会～

横浜子育てサポートシステムは、お子さんを預けたい方とお子さんを預かる方が会員登録をして地域ぐるみで子どもを預かったり預けたりする制度です。

興味のある方は、説明会にご参加ください。

日時：平成 25 年 7 月 19 日（金）10:00～11:00

会場：横浜市本牧和田地域ケアプラザ

申込み・問合せ先：横浜子育てサポートシステム中区事務局

045-663-0676



～はまっ子間門小と高齢者との

ペタンク交流～

3/27（水）間門小学校の体育館で児童 31 名と朗らか体操・さつき会の参加者 15 名が、



「ペタンク」を一緒に楽しみました



世代間交流も
中谷がいいネ！



児童と高齢者と同じチームメイトとなり、児童お手製の数字マトめがけて、ペタンクのボールを投球！勝っても負けても楽しい時間でした

