

横浜市本牧和田地域ケアプラザ発

ほんほこたより

第40号 平成25年11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！」秋

～中区地域福祉保健計画～



週末になると、地域のあちこちから楽しそうな声が聞こえてきます。運動会、さんま祭りなど本牧・根岸地区でも様々な「中なかいいネ！～地域活動や地域のみんなの交流～」が活発に行われました。今年も残りわずかですが一人ひとりが実践できる「中なかいいネ！」の輪を広げていきましょう。

10月19日、本牧いずみ公園で第17回ポレポレまつりが開催されました。雨を心配しながらのおまつりでしたが、会場内は障害者団体のみなさんが作業所で制作した製品やポトフ、煮豚飯、焼きうどん等、味自慢のテントも並び多くの人で賑わいました。中区ボランティア連絡会による東日本大震災復興応援テントにも多くの人が足を運び大盛況。

「ポレポレまつり」は
中区の障害者団体等が
主体となり、地域の皆
さんと作業所製作品の
販売やステージ発表を
通じて交流する
おまつりです。



ポレポレまつり

2013



中なかいいネ！
みんなの交流♪

本牧中学校ボランティアの会もポレポレまつりを応援。子ども広場のお手伝い、ゴミ分別の声かけと大活躍！

ポレポレまつりでの障害のある方と地域の方との交流をきっかけに、障害のある方へ支援の輪が広がっていきます。一人ひとりにできることから始めてみませんか。

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「ポレポレまつり」を応援しています。

今年は「りんごのコンポート」「白玉ぜんざい」を販売しました。

当日の売上金は全て「ポレポレまつり実行委員会」へ寄付。今後も、

本牧・根岸地区のみなさんの交流が活発に行われる機会を応援していきます！





～オレンジリボンキャンペーン・11月児童虐待防止推進月間～
「子どもへの虐待をなくしたい」その気持ちを込めて2005年



に始まった「オレンジリボンキャンペーン」は、現在全国に広がっています。本牧・根岸地区でも、子ども虐待のない社会に向けて、子育て応援事業等に参加している方の力をかりて「オレンジリボンメッセージカード」を作成。ケアプラザでのメッセージカードの掲示を通して【地域で子どもを見守る】輪を広げていきます。



メッセージカード

子どもの命を みんなで見守ろう

中谷からいっしょ！
支えあい活動♪



中区福祉保健センターこども家庭支援課（中区役所5階）には0歳から思春期までの子育ての電話・相談窓口があります。

【相談時間】

8:45～12:00

13:00～17:15

一人で悩まないでお話してみませんか？

中区こども相談：電話 045-224-8345 相談日：月～金曜日

本牧・根岸地区社会福祉協議会たより②

10/25、秋のお楽しみレクリエーションで房総方面へ出発！一人暮らし高齢者等のみなさんの元気づくりを応援するバス旅行。「月の砂漠公園」「誕生寺」と散策。勝浦のホテルで美味しい昼食♪もちろん、道の港でお買い物もしっかり楽しみました。



中谷からいっしょ！
みんなの交流♪

～高齢者の元気づくり応援！ バス旅行～ 秋のレクリエーションを楽しもう(*_*)



来年も笑顔で参加できるように日頃から健康づくりを続けていきましょう！



好きな事を通して、地域で仲間づくりや健康づくりを行っている団体のみなさん「中本牧ハーモニカクラブ」「男と女のささやきバンド」「本牧弦楽アンサンブル」「本牧中学校吹奏楽部」が、10月に敬老演奏会でボランティア活動を実施。ボランティア演奏発表に向け、練習を重ねた曲を披露してくれました。



中谷からいっしょ！
支えあい活動

～地域活動団体 ボランティア演奏会～ 地域 みんなで支えあい♪



みなさんの素晴らしい演奏に涙する方も・・・

地域で活動しているみなさんの力を「支えあい・お互いさま」の活動に発揮して下さい。ケアプラザからも「支えあい・お互いさま」の情報を発信していきます



10/9、高齢者合唱サークル「エーデルワイス」14名と本牧中学校合唱部、ボランティアの会21名の生徒さんとが、地域でのつながりの輪を広げる交流会を行いました。

今回の交流会には地域福祉保健計画「中なかいいネ！」の中の、「みんなの交流が活発に行われている」という目標に「お役に立てるなら是非！協力したい！！」と本牧元町にある、横浜市八聖殿郷土史料館も参加。

中なかいいネ！
みんなの交流♪



～みんなの交流応援事業 世代間交流会～
地域のつながりの輪を広げよう♪



練習を重ねた合唱の発表。八聖殿郷土史料館から持参してもらった、懐かしい生活道具や雑誌、かつて本牧で盛んだった海苔つくりの道具等を変え「タイムトリップクイズ」にも挑戦！エーデルワイスのみなさんと中学生とが力をあわせクイズを解いていきました。

懐かしい道具や雑誌の話はエーデルワイスのみなさんが中学生へ。中学生は黒電話等を実際に触り感嘆！地域の郷土資料を中心にみんなの会話が弾みました♪



横浜市八聖殿郷土史料館へ足を運んでみませんか(^◇^)

住所：中区本牧元町 76-1

入館料：無料

電話・問合せ先：045-622-2624

懐かしい郷土資料・展示が魅力！



横浜市八聖殿郷土史料館は、地域のみなさんが行っている、本牧三之谷茶話会、本牧元町南部ふれあい給食おしゃべり会にも懐かしい道具や雑誌等の郷土資料を出前！



地域のサロンへ郷土資料の出前！

中なかいいネ！
みんなの交流♪



懐かしい品々にサロンに参加していたみなさんは、思い出話に花を咲かせていました。八聖殿郷土史料館は、地域のみなさんの交流を応援します。



11/9、地域の自治会・町内会、公的機関、民間会社やNPOなど様々な団体が集まり

～元気な本牧根岸まちづくりの会～
伝言板～みんなで安心づくり～



「地域を元気に！みんなでつながろう！」を合言葉に発足した「元気な本牧根岸まちづくりの会」主催の「防災・減災講座」が

人の地域の参加者のみなさんとともに開催されました。本牧・根岸地区に隣接する根岸製油所の安全対策を知り、安心。災害時のストレス解消に繋がるストレッチ運動を知り、安心。会場で地域の方と顔を合わせ、話をし、繋がって安心。これからも、地域のみなさんへ情報を発信していきます。是非、ご参加下さい。

中なかいいネ！
支えあい活動♪



本牧和田地域ケアプラザからのお知らせ

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。

毎月 第2・第4木曜日 10:00～11:30

開催日 1回につき100円 アートは200円

12/26・1/9～（アート12/12最終回）

*開催日にケアプラザまでお越し下さい

～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

絵の苦手な方も
楽しめます♪



頭と心の
健康
づくり♪



みんなで
楽しく健康
づくり！
参加者
募集中!!

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！

毎月 第1・第3火曜日 13:30～15:00

開催日 *1回につき¥150(保険料込)

12/17・1/7・1/21・2/4・2/18

*開催日にケアプラザまでお越し下さい

*1回だけの参加も大歓迎！！

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木曜日 10:00～12:00頃

参加費 100円(保険料込)

12/19(木)クラシックミニコンサート

演奏「ふる～ち」

*事前申し込み不要

*開催日にケアプラザまで
お越し下さい

*今後の予定 1/16、2/20、3/20

～ボランティア募集！～

サロンで子どもと楽しく遊びながら見守りをしてくれ
るボランティア(50歳くらいまでの方)も募集中)



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
1,331.5kg(約532,600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



9月、本牧・根岸地区の高齢者のみなさんが
山手警察交通課指導のもと、横断歩道を安全に
渡る体づくりの「トラビック体操」を行いました。
みなさんも歩行中の交通事故に注意して下
さいね。

