

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43号 平成26年9月 発行

ホームページ:

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



オリブ工房  
作

## 「中なかいいネ！」夏

～中区地域福祉保健計画～



今年の夏は、台風・ゲリラ豪雨・竜巻と不安定な天気が続きました。

自然の猛威にも負けず、本牧・根岸地区では、歴史のあるお祭りや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

～個別支援学級余暇支援事業～

8月18日、個別支援学級の  
児童4名がケアプラザに集ま  
り、好きなもの自己紹介から始  
まり、プレイバルーン・紙風船  
づくり、調理・工作レクと



ボランティアさんと一緒に  
楽しい一日を過ごしました。  
お昼ごはんは調理ボランティア

「男の料理教室」の愛情たっぷりの「ハヤシ  
ライス・タマゴスープ」、みんなで協力して  
つくった「チーポテぎょうざ」  
みんなで食べると美味しさ倍増

## 世界にひとつだけの♪



## ボランティアさん も楽しく活動(^v^)

工作レクでは、「世界にひとつだけの宝物箱」  
をつくりました♪ 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。



### 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。



**開催決定!** 10:00~15:30 予定  
**11月8日(土)**  
**場所:本牧いづみ公園**

今年も障害者団体と地域の皆さんと  
 一緒につくる「ポレポレまつり」  
 開催

遊びにきて  
 下さいネ!

**ポレポレまつり  
 2014**



中なかいいね!  
 みんなの交流♪

ステージ演目や抽選会等イベント多数  
 みんなでおまつりを楽しもう♪

\*当日、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「ポレポレ  
 まつり 2014」を応援しています。

昨年は「りんごのコンポート」を地  
 域の方の協力を得て調理、販売。売上  
 金はおまつりの運営費として寄付。

今年も「ポレポレまつり」の会場で、  
 本牧・根岸地区の皆さんの交流が活発

に行われるように、  
 美味しいメニューを  
 用意して「ポレポレ  
 まつり」を応援します。



7月5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 15 名は体験型プログラム



**障がいについての理解を深める**  
**ボラたま! ボランティア入門講座**

中なかいいね!  
 支えあい活動♪



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♪



中なかいいね!  
 支えあい活動♪

本牧・根岸地区の皆さん一人ひとりの力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**

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。ケアプラザで月2回  
 開催して

健康づくり応援!  
**保健活動推進員**

「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。

7月23日(水) 間門小  
 学校の体育館に元気な笑い  
 声や歓声が響きました。



はまっ子間門小と高齢者との  
**ペタンク交流!**

中なかいいね!  
 みんなの交流♪

3回目となるペタンク交流。ゲームの間  
 もおしゃべりをして交流  
 を楽しみました。また、次  
 回会えるのが楽しみです。



7月末から8月末の夏休み期間中に、延べ47人の生徒さんがボランティア活動を実施。乳児から高齢者まで、様々な年代の地域活動に参加し、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行いました。



**H26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!**

中なかいいね!  
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

みもよろしくお願ひ  
します♪



～子育て応援事業～

**子育てサロン 毎月 第3木曜日**

参加費 100円 (保険代込み)

8/21は「親子でスキンシップ体操」

1回だけの参加も大歓迎♪

**【これからの予定・・・】**

10月16日(木) 10時～アロマでリラックス

11月20日(木) 10時～スキンシップ体操

12月18日(木) 10時～クラシック演奏会

ボランティアさんと一緒に楽しいミニプ

ログラムを用意してお待ちしております♪



**事前申込み不要!開催日に  
ケアプラザへお越しください**



中なかいいね!  
みんなの交流♪

～子育て・パパ応援事業～

**目指せ!イクメンの星**



参加費 200円 (保険・講師代込み)

パパと一緒に体を動かして遊ぶ子どもの笑顔(\*^\_^\*)。広いお部屋で大好きなパパとたくさん遊べます♪ ママの休息に、パパとおこさんでお越しください。

子どもとのスキンシップのコツも講師がアドバイス☆

2歳代、3歳代のお子さんとお父さんの参加をお待ちしております!!

10月25日(土) 10:00～11:00

～平成26年度 10月が最終回～

会場: 本牧和田地域ケアプラザ

6月6日、2年生全員が、障がいを持つ方の話を聞いたり、車椅子で段差を越える、手話で自分の名前を伝える等の体験を通して「みんなの幸せ

中なかいいね!  
支えあい活動♪

本牧中学校 2年生  
**福祉体験学習**

～みんなの幸せを実現するために～

を実現するために」一人ひとり何ができるのかを考えました。今回の体験は大切なことに気づくきっかけとなりました。さあ、みんなの力を地域に発信!



中なかいいね!  
みんなの交流♪

～オリフ工房・パン工房オーフ～  
～かがやく虹の中で2014～

6/26・27に障がいを持つ方達が、心をこめて作った作品の展示即売会がありました。素敵な作品が並びます♪



# 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！

**開催日** 毎月 第1・第3の火曜日  
13:30～15:00  
10/21・11/4・11/18・12/2・12/16

**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下さい  
事前申込み不要！

1回だけの  
参加も歓迎！

お気軽に見学  
からどうぞ！

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。

**開催日** 毎月 第2・第4木曜日  
10:00～11:30

アート：11/13 (今年度は、最終回)  
学習サロン：10/23・11/27・12/11

**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下さい  
**サロンを手伝ってくれる、50歳くらいまでの学習サポーターさんも募集中！！**

## 新規 参加者募集中！

男の生活力UP！



仲間とワイワイ地域デビュー

## 「男の料理教室」



**開催日** 11月29日(土)10:00～13:00  
参加費： 材料費 (目安¥700)

\*男の料理教室のメンバーの力で夏休み  
余暇支援の昼食をつくりました！

\*参加希望の方は、事前にケアプラザ  
まで申込みをして下さい

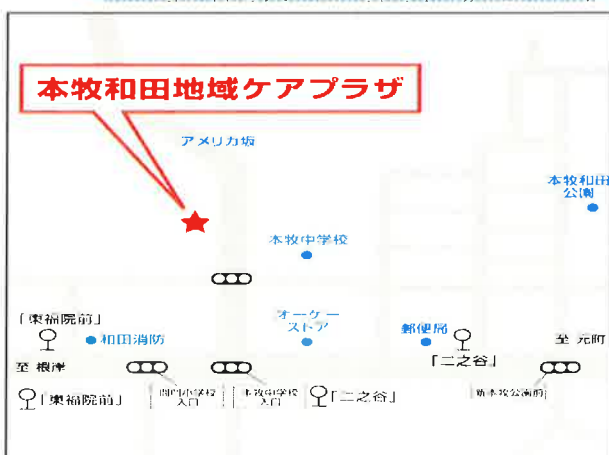
## みんなの力！エコキャップ回収報告

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  
**1,534.0kg(約613,600個)**  
**ワクチン 約767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下さい**



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。サロンのお手伝い、使い捨てカイロの  
収集、健康づくりの会のお手伝いなど・・・  
みなさんの参加をお待ちしています(\*^\_^\*)

