

横浜市岩崎地域ケアプラザだより

8月号



令和 7年 8月 1日
発行者 横浜市岩崎地域ケアプラザ
責任者 所長 町田 貴宏
住所 〒240-0015
横浜市保土ケ谷区岩崎町37番5号
TEL 045(334)1551
FAX 045(334)1500
相談電話 045(334)1545

～横浜市岩崎地域ケアプラザ事業～

●「もくようびのすまいる」を開催します●
日にち:令和7年9月18日(木)
場所:横浜市岩崎地域ケアプラザ

※詳細は「星」9月号でもお知らせします(受付開始:9月1日(月) AM10:00～)

傾聴講座 (11時～12時30分) 多目的ホール

「聴こう」

大切な人を理解するために

聴くためのコツを学んでみませんか?

講師:井上淑子さん

・元(一社)日本カウンセリング協会理事・公認心理師
定員:10名程度

司法書士による

「くらしの相談会」

(要予約:先着2組)

①10:00～10:45

②11:00～11:45



9月20日(土) ● 講座&ゆったりとーく (介護者のつどい)

随時受付 詳細・お問い合わせは地域包括支援センター(045-334-1545)まで。

講座「介護施設の種類と利用」

時間:10:30～11:25

場所:1階地域ケアルーム

対象:介護に関わっている方 及び

今後介護をする予定がある方等

定員:10名程度



ゆったりとーく(介護者のつどい)

時間:11:35～12:00

(延長の場合、最大12:30まで)

対象:介護者

定員:5名程度

講座の後に日頃の介護に関する「イライラ」
「もやもや」「ニコニコ」など、話をしませんか。



横浜市岩崎地域ケアプラザのホームページはこちらでご覧いただけます。

URL:<https://nadeshiko.or.jp/iwasakicp/index.html>



2次元コード

～横浜市岩崎地域ケアプラザ事業～

● ● ● ○ 岩崎ボッチャくらぶ結成! ●

7月10日より横浜市岩崎地域ケアプラザにもボッチャサークルが誕生いたしました。その名も「岩崎ボッチャくらぶ」。まだ、できたてのサークルですが、なによりもまず「楽しい」をモットーに、今後はボッチャの大会出場を目指してまいります。
毎月、第2火曜日の10時～12時で、65歳以上の方ならどなたでも参加できます。定員に空きがあるかは当ケアプラザまでお問い合わせ下さい。 ● ● ● Tel045-334-1551



こどもランドのご案内



フリースペースに集まったみんなで遊びましょう

日 時：毎月 第1・第3 土曜日
10:00～14:00



対 象：4歳までのお子さんと保護者
参 加 費：無料
申 込 み：当日お越しください



8月開催予定
2日・16日

フラダンス教室からのお知らせ

4月より開催しているフラダンス教室は、現在定員に達しております。今後、参加ご希望のかたは待機者として登録させていただき、空き次第お声かけをさせていただきますので、よろしくお願いいたします。



～今年も猛暑をのりきる!熱中症対策～

熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。エアコンを上手に使いましょう。またのどが渇いていなくても、こまめに水分・塩分を補給しましょう。水分摂取の目安は、1日あたり1.2リットルです。特に高齢者の体内の水分量は50%と、若い時に比べ低くなります。また、暑さやのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。1時間ごとにコップ1杯の水等を飲むことを意識しましょう。



(地域包括支援センター 田中保健師)

8月の休館日

25日(月)

《交通案内》

JR保土ヶ谷駅西口より
・市営バス25系統 横浜駅西口 保土ヶ谷駅西口行き
「花見台」下車徒歩7分
・市営バス22系統 保土ヶ谷駅西口行き
「花見台西」下車徒歩9分
相鉄線星川駅より
・市営バス25系統 保土ヶ谷駅西口行き
「花見台」下車徒歩7分

