



発行：社会福祉法人横浜市社会福祉協議会  
 横浜市東戸塚地域ケアプラザ  
 住所：横浜市戸塚区川上町4-4  
 電話：826-0925(代表)  
 F A X：824-8615  
 発行日：令和5年4月22日  
 発行責任者：岩井 美奈子



## ごあいさつ

横浜市東戸塚地域ケアプラザ 所長 岩井 美奈子

この度、4月1日付で所長に着任いたしました岩井美奈子と申します。

3月までは、当ケアプラザの地域包括支援センターの看護師として業務をしておりました。また、平成27年度までの4年間にも地域包括支援センターの看護師としての業務経験があり、この地に縁があっての今回の異動であると感じております。

ここ3年間は新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、地域の催しや活動が制限される中で、ご苦労をされた方、気持ち的に前向きになれない方など、これまでに経験のないことが続いた3年間であったと思います。今後は、感染対策が緩和される中、地域の催しや活動が再開されると期待され、地域ケアプラザにおいてもこれまで難しかった地域の方との交流や、対話をさらに充実したものにしたいと考えております。

地域の皆さまとともにこれまで積み上げてきたことをベースに、みんなで支えあい、たすけあい、ふれあう場のあるまちづくりをさらに進めるため、地域活動の支援に務めて参ります。また、皆様に安心してご利用いただけるよう東戸塚地域ケアプラザの運営に尽力して参ります。

どうぞ、よろしくお願いいたします。



## 退任あいさつ ~これまでありがとうございました~

この度、4月1日付の定期異動で東戸塚地域ケアプラザを離れることになりました。

着任した際は新型コロナウイルスのワクチン接種が始まる前で、お客様も職員もなんとなく不安な様子であったのを覚えています。それから2年が経ち、職員とは、これから地域に開かれたデイサービスの本格的な再開や、連合自治会・地区社協・民生委員をはじめとした地域の皆さまとの連携による支えあい活動の推進など、さまざまな場面での取組を検討しておりましたので大変残念でなりません。

短い期間での異動となり失礼いたしますが、これからも東戸塚地域ケアプラザへのご支援のほど、何とぞよろしくお願い申し上げます。



前東戸塚地域ケアプラザ 所長 新垣 孝典

広報紙に時々登場していた新垣家の愛犬とも別れです



東戸塚地域ケアプラザ  
 マスコットキャラクター  
 はっぴーちゃん



五景会  
 『この一句』

歳重ね

見えるものあり

去年今年

浅井 昌明



# 情報伝言板

申込み・問い合わせは・・・  
(045) 826-0925

※各事業は状況により内容変更や中止になる場合もありますのでご了承ください。



## 募集

### 子育てサロン 毎月第1木曜日 東戸塚 VERY の会

おおむね35歳以上のママの居場所です  
子育ての心配、身体の手配、介護の手配等、  
同世代のママたちとおしゃべりしましょう



次回：6月1日(木) ★5月はお休みです  
11:30~14:00 (出入り自由)  
場所：東戸塚地域ケアプラザ 多目的室  
対象：概ね35歳以上のママと未就園児  
参加費：無料  
申込：直接会場へお越しください  
★お昼ご飯持参可  
★イベント開催時等内容によっては有料の場合  
があります

## 募集

### 第41回 東戸塚 うたごえ喫茶かがやき

生伴奏なし、マスク着用のままですが、みんな  
と一緒に歌いましょう!



日時：6月15日(木)  
13:30~15:00 (受付13:00~)  
主催：東戸塚うたごえ喫茶実行委員会  
場所：東戸塚地域ケアプラザ 多目的室  
対象：60歳以上の方  
持ち物：上履き マスク着用  
定員：30名(先着順)  
参加費：無料  
申込：5月9日(火) 10:00より  
電話または来館にて受付



## GOGO 健康講座 からだ メンテナンス教室

最近 ごはんおいしく食べられていますか?  
外出や人と会う機会、減ってませんか?  
今から一緒に、こころとからだのメンテナ  
ンスはじめて、元気に過ごしましょう

① 6月 2日(金) 10:00~11:30

『フレイルって何??』 フレイル予防とロコモ予防について知ろう

講師：医療法人横浜平成会 平成横浜病院リハビリテーション科 馬場 裕樹氏

② 6月 9日(金) 10:00~11:30

『オーラルフレイルって何?』 食べる楽しみはいつまでも・・・

講師：歯科衛生士 椎熊 紀子氏

③ 6月16日(金) 10:00~11:30

元気を保つ食事の秘訣 『いつもの食事を見直そう』

講師：戸塚区食生活改善推進委員会(ヘルスメイト)

④ 6月30日(金) 10:00~11:30

『転ばないための運動とは?』 ロコモ予防のための運動を体験しよう

講師：医療法人横浜平成会 平成横浜病院リハビリテーション科 馬場 裕樹氏

