

6月 主催事業カレンダー

感染症等の状況により事業の変更や中止もございます。ご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7 ★ふらざ・かふえ・ゆるり 13:00~15:00【参加自由】 ★物忘れ&健康相談 13:30~14:30【予約優先】 ★介護者の輪 13:30~15:30【参加自由】 ★子どもの居場所 15:30~17:00【参加自由】	8 ★転ばん体操 9:30~12:00 【予約制】	9	10	11 ★ユルヨカ 13:00~15:00 【予約制】
12	13	14 ★物忘れ&健康相談 13:30~14:30【予約優先】 ★子どもの居場所 15:30~17:00【参加自由】	15	16	17 ★白根学園「麦の丘」 パン販売 11:30~13:00 【売切れ次第終了】	18 ★お茶のみサロン 13:30~15:00 【予約制】
19 休館日	20 ★ウォーキング講座 9:30~11:30 【コミュニティハウス】 【予約制】	21 ★子どもの居場所 15:30~17:00【参加自由】 ★ママのためのヒーリングヨガ 10:00~11:30【予約優先】	22	23	24	25
26	27	28 ★子どもの居場所 15:30~17:00【参加自由】	29	30		

各事業のお申込み・問合せは・・・

電話：045-951-3967

★各事業の参加お申込・問合せは、上白根地域ケアプラザまでご連絡ください。
【*ご提供いただいた個人情報、本プラザ該当事業のみに利用し、御本人の同意なく第三者へのご提供等目的外に使用することはありません。】

交通のお知らせ

相鉄線「鶴ヶ峰駅」より
バスで約10分
○バスターミナル6番乗り場から
神奈中バス『今宿ハイツ循環
グリーンヒル上白根』バス停前
○バスターミナル7番乗り場から
【中山駅/西ひかりが丘団地】行き
「辻」バス停下車。徒歩5分。信号
すぐ左、稲荷神社の坂上り、一つの
の信号すぐ

2022年5月29日発行

発行 横浜市上白根地域ケアプラザ
旭区上白根町112
責任者 所長 柴崎 浩志

電話 045-951-3967
FAX 045-951-3971
E-mail kamishirane@yokohamashakyo.jp
URL
<https://www.yokohamashakyo.jp/kamishirane/>

上白根地域ケアプラザ新聞

2022年5月29日発行

あさがおつうしん



令和4年度「ユルヨカ」メンバーを募集します！

【住み慣れた地域でゆるく繋がりながら、
余暇（ヨカ）活動を通して様々な体験をする！】

…をコンセプトに令和2年度からスタートしたユルヨカです。コロナ禍でなかなか活動できませんでしたが令和4年度はメンバーを募集します。まずは、お気軽にお問い合わせください。

上半期開催予定(6月~9月)

6月11(土)	じゃがいも収穫・調理	13:00 ケアプラザ集合 13:15~収穫、調理、味見 15:00 終了	うち履き タオル エプロン
7月9日(土)	音楽プログラム	13:00 ケアプラザ集合 13:15 プログラム開始 15:00 終了	うち履き
8月20日(土)	夏まつり企画 焼きそば作り・ゲーム大会	12:00 集合~調理~味見 14:00 ゲーム大会 15:00 終了	うち履き エプロン
9月10日(土)	畑作業、大根の植え	13:00 ケアプラザ集合 ~畑づくり、植え 15:00 終了	長靴(あれば) タオル 汚れても良い服装で。

対象者：旭区内在住の障がいをお持ちの方(原則、高等部卒業の方)
定員：各回5名まで ※先着順となります
主な活動場所：上白根地域ケアプラザ 多目的ホール
申込方法：ケアプラザ窓口、電話、またはメールにて予定表から参加
したい活動日、名前、住所、TEL をお知らせください。
メールでお申込みの際はタイトルに『ユルヨカ』と記載
し、参加希望日、名前、住所、TEL を本文にご記入くださ
い。



ボランティアさんも
募集中です！！

第50回 生活支援コーディネーターかみしらね地域活動探検記



5年目を迎える、「中堀川いこいの場づくり」のメンバーによりゲンジボタルの幼虫がプロムナードに放流されました。冬の間、取田さんはじめメンバーの皆さんが交代で水槽の水を取り替え、餌になるカワニナをペンチでつぶし、幼虫に与えて大切に育ててきた300頭の幼虫ですが放流できるのは100頭ほどに減ってしまいます。今年は100頭のうち上流に80頭、源流に20頭が放流されました。これからゲンジボタルの幼虫は陸に上がり、土の中にもぐって50日ほどで成虫になります。今年も飛翔が見られますように。。。中堀川の水が干上がってしまうため、今年度は土木事務所が工事するそうで、ホタルの卵が心配です。ぜひ、ホタルの生息地は残していただきたい。



ゲンジボタルの幼虫



放流する様子



えさになるカワニナ

ココに注目!



横浜ホタルの会の丸茂先生によると、「西日本のゲンジボタルは2秒ごとに点滅、東日本のゲンジボタルは4秒ごとに点滅する。生態が変わってしまうので安易に西日本のホタルの幼虫を買って、放流したりしないでほしい」と話されていました。西と東で点滅する時間が違うとは驚きですね!



ホタルの心配は、もう一つありました。中堀川の第2橋あたりに20センチほどのミドリガメが出没。カメが悪いわけではありませんが雑食のようでカワニナやホタルの幼虫が食べられてしまう恐れがあります。そこで里親探しをしたところ、引き取り先が見つかりました。旭北地区別計画の「人にやさしく、包みあうまち」みんな仲良く、人と人、人と動物、人と植物、まさしくその通りですね。



「もの忘れ&健康相談」 ぜひご利用ください!



どなたでも
どうぞ!

ご相談は無料です

【予約制】ケアプラザあてにご連絡ください。

今後の開催日は次のとおりです。お気軽にお越しください。なお、先生のご都合で日程が変更になる場合やケアプラザの利用状況により中止になることもあります。

日時：6月7日(火)・14日(火) 13:30~14:30 7月5日(火)・12日(火) 13:30~14:30 (予定)

医師：橋場 友則 先生(はしば内科クリニック・旭区医師会所属)



上白根2丁目の大原西公園愛護会が緑化推進運動功労者内閣総理大臣表彰を受けました!



流しそめんの風景



山中横浜市長



青空定例会

緑化推進運動功労者内閣総理大臣表彰とは、緑化活動の推進、緑化思想の普及啓発に顕著な功績があった個人、団体について、内閣総理大臣が表彰するものです。

5月10日には山中横浜市長が表敬訪問されました。

大原西公園は白根台第九自治会の公園愛護会の皆さんが大切に花を植え、清掃をして管理しています。公園では四季折々の花が咲き、今の季節は新緑がまぶしいです。また、いろいろな行事が開催されるみんなの憩いの場でもあります。園友会、流しそめん大会、花火大会、ある時は、コロナの感染リスクを避けるため自治会定例会も青空の下、公園で行いました。最近では移動スーパーも毎週月曜日に来ています。老人会ではグランドゴルフが活発です。午後からは子供たちが元気に走り回っています。木陰もあって風が気持ち良いです。ぜひ一度訪ねてみてください。旭区の自慢の公園がまた増えましたね。



介護で悩んでいることがある。
介護の情報を聞ける仲間が欲しい。
話ができる場所が欲しい。

日時：令和4年6月7日(火)
令和4年7月5日(火) <予定>
13:30 ~ 15:30

※毎月第一火曜日(祝日等の場合は第二火曜日)開催

場所：上白根地域ケアプラザ ボランティアルーム
持ち物：うち履き、くつ袋
参加費：無料 ※予約不要です

【みんなの居場所】

空き家を活用した「たすけあいハウス」(中白根4丁目)では多世代交流を目的に、いろいろな講座やちょっとしたおしゃべりができる居場所を提供しています。第2日曜日が活動日です。

6月12日(日) 10:00~12:00
保坂先生による睡眠の話&ウクレレ演奏
【お問い合わせ先】
TEL : 080-3581-1356(柳澤)
Mail : tasukeai-18@yahoo.ne.jp

Let's あいさつ

~ご近所の様子、ご存じですか?~

旭北地区まちぐるみ福祉推進会議第2部会では住民の皆さんに地域に目を向けてもらいたい!という目的のもと「Let's あいさつ」運動を実施します。

5分間、家の外に出て挨拶をしてみませんか?何か発見があるかもしれません。旭北地区を皆さんのチカラで今よりもっと暮らしやすい街にしていきましょう!

何かお気づきのことがあればケアプラザまでご連絡ください。

実施日：6月27日(月) 15時~【5分間】