

## 令和8年8月

| 日                                                                                       | 月                            | 火  | 水                                                     | 木                          | 金                                                     | 土                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|----|-------------------------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 26                                                                                      | 27                           | 28 | 29                                                    | 30                         | 31                                                    | 1                                                                                         |
| 2                                                                                       | 3<br>10:00~12:00<br>♥ぶっくりんこ  | 4  | 5                                                     | 6                          | 7                                                     | 8<br>  |
| 9                                                                                       | 10<br>10:00~12:00<br>♥ぶっくりんこ | 11 | 12<br>13:00~15:00<br>●はなことば                           | 13<br>11:00~11:30<br>健康相談会 | 14                                                    | 15                                                                                        |
| 16<br>休館日                                                                               | 17<br>10:00~12:00<br>♥ぶっくりんこ | 18 | 19                                                    | 20                         | 21                                                    | 22                                                                                        |
| 23<br> | 24<br>10:00~12:00<br>♥ぶっくりんこ | 25 | 26<br>10:00~12:00<br>♥子育てサロン<br>13:00~15:00<br>●はなことば | 27<br>10:00~12:00<br>スマホ講座 | 28<br>10:00~11:30<br>きらめき健康体操<br>18:00~20:00<br>●クラブQ | 29<br> |
| 30                                                                                      | 31                           | 1  | 2                                                     | 3                          | 4                                                     | 5                                                                                         |

## 令和8年9月

| 日                                                                                         | 月                                                     | 火                                                                                        | 水                                                                       | 木                                                                                         | 金                                                                                          | 土                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| 30                                                                                        | 31                                                    | 1                                                                                        | 2<br>10:00~12:00<br>「身元保証の基礎知識」<br>講座<br>13:30~15:00<br>昭和歌謡会           | 3                                                                                         | 4<br>10:00~11:15<br>♥赤ちゃん学級                                                                | 5                                                                                           |
| 6                                                                                         | 7<br>10:00~12:00<br>♥ぶっくりんこ                           | 8<br> | 9<br>13:00~15:00<br>●はなことば                                              | 10<br>11:00~12:00<br>健康相談会<br>13:00~15:00<br>★ふれあいサロン                                     | 11<br>10:00~11:30<br>「カンタン整理整頓」<br>講座                                                      | 12                                                                                          |
| 13<br> | 14<br>10:00~12:00<br>♥ぶっくりんこ<br>13:30~15:00<br>★月曜喫茶室 | 15                                                                                       | 16                                                                      | 17<br>13:00~14:30<br>★表裏ハッピークラブ<br>13:30~15:00<br>家族のつどい                                  | 18                                                                                         | 19<br> |
| 20<br>休館日                                                                                 | 21                                                    | 22                                                                                       | 23<br>10:00~12:00<br>♥子育てサロン<br>11:00~14:00<br>ボレボレマルシェ<br>13:00~●はなことば | 24                                                                                        | 25<br>10:00~11:30<br>きらめき健康体操<br>18:00~20:00<br>●クラブQ                                      | 26                                                                                          |
| 27                                                                                        | 28<br>10:00~12:00<br>♥ぶっくりんこ<br>13:30~15:00<br>★月曜喫茶室 | 29                                                                                       | 30                                                                      | 1<br> | 2<br> | 3                                                                                           |

## 横浜市麦田地域ケアプラザ

〒231-0849 横浜市中区麦田町 1-26-2

代表 TEL : 045 (664) 6023

相談専用 : 045 (664) 6024

F A X : 045 (664) 6075

Eメール:mugita@yokohamashakyo.jp

発行責任者: 所長 山本 篤



HP

J R→「石川町」駅

より徒歩 10 分

バス→「麦田町」

バス停すぐ



# おおむぎこむぎ

135号

## 目次

- 1P イチオシ事業！
- 2P キラッと麦田！
- 3P 各事業お知らせ
- 4P イベントカレンダー

6/30  
(火)

## 健康フェスタ

今年も開催  
しました！



↑ ロッテの口腔ブースの様子



↑ 健康づくりサポーターによる体力測定の様子

6月30日(火)に麦田地域ケアプラザで行いました。総勢60人の皆様にご参加いただきました。当日は、健康チェック、ベジチェック、血圧測定、栄養ブースなど盛りだくさんの内容で、大変ご好評をいただきました。

7/1  
(水)

## みんなで歌おう！昭和歌謡会 ♪



↑ 講師の方による軽快な指揮で歌謡曲を口ずさんでいる様子



7月1日(水)に昭和歌謡会を開催しました。

昭和の歴史とその当時流行した歌謡曲を当時の音源を聞きながら口ずさみました。今回は20名の皆さんにご参加いただき、とても楽しんでいられた姿がありました。

次回は9月2日(水)13:30～を予定しています。たくさんの応募お待ちしております。

## ～麦田デイサービス編～

こんにちは♪生活支援コーディネーター小山です。

今回は、麦田ケアプラザデイサービスで、お茶出しや入浴後の乾髪、話し相手等、様々な場面で活躍する『荒川さん』、『藤田さん』にお話を伺いました。

**麦田デイサービスでボランティア活動をしたかったきっかけを教えてください。**

荒川さん：自分の自由な時間が出来て、自分にも出来そうことを探していました。以前、働いていたこともあり、雰囲気も分かっていたので、自然と活動するようになりました。

藤田さん：私も、自分の時間が持てるようになったのがきっかけです。亡くなった父がデイサービスを使っていたことがあり、当時はとても助かりました。その恩返しではないけど、何か役に立てたらと思い活動を始めました。麦田を選んだのは、以前ケアプラザの部屋利用した事があって。雰囲気が良かったからです。

**嬉しいとか、楽しいと感じる時は？**

藤田さん：ご利用者様がお風呂上りに『気持ちよかった』とか、『楽しかった』と聞いたり、安心できた顔を見るとホッとします。名前を覚えてもらって、呼んでくださったときは嬉しいなと感じます。

荒川さん：ご利用者様と話しているときは、とても楽しいですね。若いスタッフとの関わりも楽しいし、元気をもらえます。



**大変だな、今日は行きたくないなと思う時は？**

荒川さん：御利用者様の笑顔を見ると、こちらが元気をもらえるので、続ける原動力になります。実はこちらが元気づけられてもらってます(笑) 苦になることは無いですね。

藤田さん：そうですね。自分の事で大変だなと思ったり、今日は行きたくないなと思う時があっても、私の方が元気づけてもらうことが多いですね。

**これからボランティアを始める人へアドバイスはありますか？**

特にデイサービスとかは、専門的な知識が必要じゃないか?とか、構えてしまう人もいるかもしれませんが。重荷に感じる事はないので、まずは気軽に体験されてみては?誰にでもできる活動だと思いますので。是非一緒に活動しましょう♪

**お話を伺って・・・**

お二人とも、活動後のお疲れのところ、とても丁寧に受け答えいただきました。『利用者さんから元気をもらってます』というお言葉に、胸が熱くなりました。お互いに元気を与えあえる関係性が出来てるんですね。デイサービスでのボランティア活動の興味のある方は是非!

次回は、地域で活躍する方を紹介します!お楽しみに!

## メンバー募集

園芸が好きな方、外に出かけたい方、おしゃべりしたい方集まれ～！！

園芸ボランティア

### 「はなことば」

活動日 毎月第2、第4水曜日  
13:00～15:00

活動内容 ケアプラザ周辺の花壇や畑のお手入れ

持ち物 タオル、帽子、飲み物

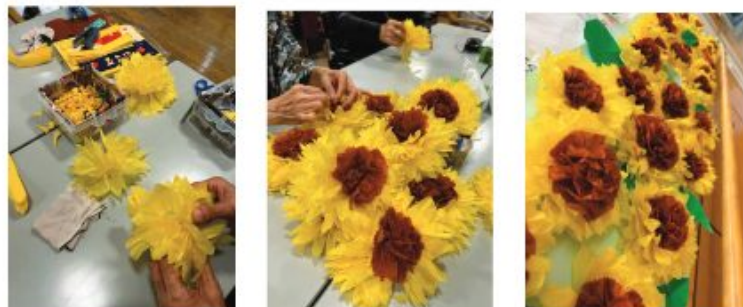


↑活動しているときの様子

美味しい麦茶も  
です！！

## デイサービスでは どんなことをしてるの???

毎日、利用者みなさんが、季節に合わせた製作物、ぬりえ、パズルを行っています。今回はその中の工作の作品をご紹介します！



ひまわりを一つひとつ丁寧に折っていきます。



作品を1階エントランスに飾っています。来館した際はぜひご覧ください。



## イベントのご案内

※詳しくは近くの掲示板、回覧板をご覧ください。

### 健康相談会

日時：8月13日(木)11:00～11:20  
11:30～12:00  
9月10日(木)11:00～11:20  
11:30～12:00

場所：麦田地域ケアプラザ

講師：石川クリニック 石川雅健先生

★参加費：無料

生活の中で気になる体調のこと、どんな些細なことでも構いません。

この機会にぜひお越しください！



### ボレボレマルシェ

日時：9月16日(水)11:00～14:00

場所：麦田地域ケアプラザ

地域の就労支援B型作業所が手がける、心のこもった焼き菓子やコーヒー、雑貨が並ぶ小さなマルシェを開催します。クラフト体験など、ふらっと立ち寄るだけで温かい気持ちになれるイベントです。



### 誰でも出来る！明日からできる！ カンタン整理整頓講座

日時：9月11日(金)10:00～11:30

場所：麦田地域ケアプラザ

講師：粕谷 昌二郎氏

(ファイナンシャルプランナー)

★参加費：無料

自分を見つめ直す「断捨離」の極意を知ることができます。

当日はエンディングノート配布！



## 各種事業お知らせ

ご予約・お問い合わせは麦田地域ケアプラザ(TEL664-6023)までお待ちしております！

### 麦麦ハッピーくらぶ

日時：9月17日(木)  
13:00～14:30

対象：65歳以上の方

参加費：100円

9月の企画

「ベジチェック  
血管年齢測定」

美味しい  
コーヒー付き！



### ふれあいサロン

日時：9月10日(木)  
13:00～14:30

対象：第三地区

お住まいの方

参加費：100円

9月の企画

「体力測定」



### むぎた子育てサロン

日時：9月23日(水)  
10:00～12:00

対象：0～未就学児の

お子様と保護者

妊婦さん

★参加費：無料

9月の企画

「イライラしない子  
育て&夫婦のパート  
ナーシップ」



### きらめき健康体操

日時：9月25日(金)  
10:00～11:30

対象：中区在住

65歳以上の方

★参加費：無料

9月の企画

「笑いヨガ」

