



地域食堂 「みなみ台 101」 からのお知らせ

子ども食堂 プレイベント

# おもちを楽しむ会

県営長津田団地の地域食堂「みなみ台 101」にて子ども食堂のプレイベントとして、ご寄付いただいたモチ米を使って、おもちのお渡し会を開催します！「みなみ台 101」のボランティア

さんの手作りです。できたてのおもち（草、あんこ・きなこ）が楽しめます！

※お餅がなくなり次第終了

調理等の  
ボランティア  
さん募集中！



日時：令和 4 年 6 月 25 日（土） 12：00～

対象：県営長津田団地在住または  
近隣在住の高校生までのお子様

場所：県営長津田団地 2 号棟 101 号室  
「みなみ台 101」

参加費：無料

※持ち帰り OK！「みなみ台 101」で  
食べても OK！

【問合せ先】みなみ台 101

電話・FAX：045-981-4112



## 自宅でできる介護予防講座

～長津田リハビリ体操を学ぼう！！～

日時：令和 4 年 6 月 23 日（木） 10：00～12：00

講師：長田整形外科 理学療法士、長津田げんき応援隊

場所：長津田地域ケアプラザ 参加費：無料

持ち物：飲み物、筆記用具、上履き（あれば）、マスク着用



問合せ・申込み先：長津田地域ケアプラザ

電話：045-981-7755

担当：松本、布川（ぬのかわ）



## 食中毒について

気候が暖かく、湿気が多くなる6月から食中毒の原因である細菌の増殖が活発になります。特に食肉に付着する「腸管出血性大腸菌（O-157）」や「カンピロバクター」、食肉・卵に付着する「サルモネラ」による食中毒の発生件数が増えます。食中毒の症状は腹痛・下痢・嘔吐で死亡する例もありますので注意が必要です。食中毒予防には3つの原則があります。

- ① **洗う**：調理や食事の前は十分に手を洗いましょう。まな板などの調理道具もしっかり洗浄してください。
- ② **増やさない**：食べ物に付着した菌を増やさないために冷蔵庫を活用して低温で保存することが重要です。
- ③ **加熱**：食中毒菌は加熱によって死滅します。また、包丁やまな板などの調理道具も洗浄後に熱湯で殺菌することを心がけましょう。

## 長津田地域ケアプラザ デイサービス 紹介

### 花植え



花を楽しめる季節となり、ご利用者と一緒に花の苗を植えました。

【問い合わせ先】 横浜市長津田地域ケアプラザ

電話：045-981-7755

デイサービス担当：山下、石橋、尾崎

いぶき野、長津田町、長津田1～7丁目、長津田みなみ台 地域の皆さまへ

## 介護や生活に関する困り事は、ありませんか？

★ご相談は無料です。

★介護保険の申請ができます。(来所)

★匿名でのご相談や近隣の方からのご相談もお受けします。

ご相談の際、まずは、ご連絡ください。

長津田地域ケアプラザ 地域包括支援センターへ

電話：045-981-7763 (相談専用)

休館日：毎月第4月曜日、年末年始



## 「あおぞらといっしょ」 ボッチャにチャレンジ!

日時：令和4年7月31日(日)  
13:30~15:00

場所：長津田地域ケアプラザ

パラリンピック競技のボッチャ  
を体験してみませんか?

※勾配具はありません。

準備、片付け、受付  
等をお手伝いいただけ  
る方、一緒に楽し  
んでいただけるボラ  
ンティアさんも募集  
しています

対象：長津田地区在住の障がいのある方とその保護者  
※マスク着用の上、ソーシャルディスタンスのご協力をお願いします。

定員：10名程度（申込制先着順） 参加費：無料

問合せ・申込み先：長津田地域ケアプラザ

電話：045-981-7755 担当：山口

## 消費者被害について知ろう ~ 予防と対策 ~

内容：講義とロールプレイまたはゲーム（予定）

日時：令和4年6月23日（木）13:30~15:00

講師：公益社団法人 全国消費生活相談員協会 関東支部 竹谷 啓子 氏

場所：長津田地域ケアプラザ 参加費：無料

対象：長津田地区在住の方、民生委員、ケアマネジャー 等

定員：20名（申込制先着順） 持ち物：筆記用具、マスク着用

## 介護者のつどい ~ 頑張りすぎない介護のススメ ~

日時：令和4年7月27日（水）13:30~14:30

場所：長津田地域ケアプラザ 参加費：無料

対象：介護をされている方、介護経験のある方、これから介護をする方等

定員：10名（申込制先着順） 持ち物：筆記用具、マスク着用

問合せ・申込み先：長津田地域ケアプラザ

電話：045-981-7755 担当：原（ゆ）、高田

※マスク着用の上、ソーシャルディスタンスのご協力をお願いします。

※コロナ禍のため内容や参加条件等が変更、または開催中止となる場合があります。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため一部事業を休止しています。詳しくはお問合せください。

### ◆◆ 発行元：長津田地域ケアプラザ ◆◆



住所：緑区長津田2-11-2  
電話：045-981-7755  
FAX：045-981-7575  
休館日：毎月第4月曜日、年末年始



※ご相談の際は、事前にご連絡いただくとスムーズに対応できます。